
4° V
3816
Sup



LE POISSON
DANS
LA CUISINE FRANÇAISE

En réponse à votre lettre du 28 écoulé, nous vous informons que l'ouvrage "Le poisson dans la cuisine française" est bien de H.-P. PELLAPRAT et non Pelleprat, une erreur typographique s'étant glissée dans une partie du tirage.

H.-P. PELLEPRAT
Professeur de cuisine
Officier de l'Instruction Publique et du Mérite Agricole

[erreur typographique pour PELLAPRAT]

LE POISSON
DANS
LA CUISINE FRANÇAISE

520 RECETTES
80 GRAVURES EN NOIR
8 HORS-TEXTE EN COULEURS



FLAMMARION
26, rue Racine, Paris

AVANT-PROPOS

Je me suis attaché avec foi, depuis de longues années déjà, à la propagande qui a pour but de répandre dans le grand public la nécessité de consommer du poisson en France sur une plus grande échelle.

Aussi voit-on le poisson occuper une place de plus en plus prépondérante dans toutes les kermesses, expositions ou manifestations gastronomiques. Manifestations au cours desquelles j'ai maintes fois traité le poisson culinairement devant un public de plus en plus intéressé.

Pour parfaire et mieux propager cet enseignement, j'ai décidé de publier un ouvrage s'appliquant exclusivement au traitement culinaire des poissons.

Certes, dans les multiples ouvrages gastronomiques dont je suis l'auteur, il y a toujours un chapitre concernant le poisson ; mais ce que je veux présenter aujourd'hui aux ménagères, à la femme de France, c'est un traité spécial où le poisson sera étudié et cela sous tous les aspects sous lesquels il peut être consommé ; aussi bien y trouverez-vous les plats les plus simples, avec les poissons les plus communs, exposés avec le souci d'économie qui s'impose à la ménagère, à côté des plats recherchés, avec des poissons riches et les accommodements de la fine cuisine de chez nous. Vous y trouverez tous les conseils relatifs à l'achat et la connaissance du poisson, le vidage, les différents modes de cuisson, les soupes de poissons, les hors-d'œuvre, les plats régionaux aux poissons, en un mot tout ce qui peut vous intéresser.

Je voudrais appeler l'attention des grandes collectivités : hospices, pensions, casernes, sanatoria, grandes écoles, sur l'avantage que peut procurer le poisson pour la nourriture de leurs pensionnaires ; cela apporterait une diversion dans l'alimentation habituelle, trop souvent monotone et sans être pour cela plus onéreuse que la viande, parfois moins.

Pour les enfants, le poisson est un aliment des plus utiles, en raison de sa teneur en phosphore si nécessaire à l'ossification du corps humain.

Certains poissons comme le hareng, le merlan, la limande, le carrelet, la raie ont une forte teneur en phosphore et ont, en général, une grande valeur énergétique par les éléments minéraux qu'ils contiennent : sodium, magnésium, manganèse, iode, fer, calcium, etc.

Il est donc indubitablement établi à présent que le poisson a une valeur alimentaire égale à celle de la viande, tout en étant d'une digestion plus facile ; il y a dans certains cas, pour certains tempéraments, quelques espèces de poissons dont il est préférable de ne pas abuser, ce sont les poissons à chair grasse et lourde comme le maquereau, le thon, le hareng, le saumon, le congre, mais tous les autres sont de digestion aisée pour tous tempéraments non herpétiques.

La valeur du poisson, la finesse et la qualité de ses sauces sont encore rehaussées par l'appui que lui apporte le bon vin de France ; un vieil adage dit que c'est la sauce qui fait manger le poisson, or s'il y a des poissons dont les qualités personnelles se suffisent à elles-mêmes, il y en a bien d'autres aussi auxquels peut s'appliquer le dicton ci-dessus. Aussi voit-on le vin figurer dans la plupart des plats de poisson en sauce, et si le vin est bon, comme il sait l'être sous le beau ciel de France, comment la sauce qui en découle et le poisson qui s'en est voluptueusement imprégné ne le seraient-ils pas également.

Il est nécessaire de toujours employer du bon vin, sinon des vins de grandes classes, mais d'honnêtes représentants de nos crus.

Il ne faut jamais beaucoup de vin dans un plat de poisson, mais si l'on y met une vulgaire piquette, on ne peut prétendre au même résultat qu'avec un bon Beaujolais ou un Médoc; pas plus qu'avec de l'étoffe inférieure vous ne pourrez prétendre avoir un beau costume. Mieux vaut moins de vin, mais de bonne qualité ; il faut aussi qu'un vin soit bien cuit et réduit de moitié au moins avant d'être incorporé à une sauce.

Je crois avoir suffisamment démontré la grande valeur du poisson au point de vue alimentaire ; quant au point de vue économique, si l'on fait abstraction des grands seigneurs de l'onde, il coûte moins cher que la viande, et de plus il peut s'accommoder — certains d'entre eux du moins — comme la viande avec des légumes, comme une sorte de ragoût, ou en blanquette, en cassoulet, en daube, etc., ce qui en fait alors des plats de ménage très économiques.

Nos ménagères de France trouveront dans ce recueil une mine de bons plats de poissons que j'ai souvent mis en pratique devant elles dans mes cours de Paris et de Province.

Tout ce qui concerne l'achat, le nettoyage, l'apprêt du poisson, ses divers modes de cuisson, sa conservation et la façon d'en utiliser les restes, tout cela est traité dans ce livre de manière à parfaire l'éducation de la femme dans ce domaine qui, je ne sais pourquoi, n'est pas exploité comme il devrait l'être dans un pays comme la France dont plusieurs milliers de kilomètres de côtes sont baignés par les mers. Nous sommes un des pays qui consomment le moins de poisson par tête d'habitant.

C'est un non-sens ! Mangez du poisson.

H. P.

QUELQUES MOTS SUR LES POISSONS DE MER ET D'EAU DOUCE

leurs mœurs, leur biologie, leur habitat, etc.

Pour rendre cet ouvrage aussi complet que possible nous y consacrons ce chapitre documentaire emprunté à divers auteurs plus savants que nous, qui se sont livrés à l'étude de la faune aquatique.

Ce sont MM. Pierre Belon, Salviani, Rondelet, dont les travaux remontent au XVIe siècle et plus près de nous, les Bertin, Boulenger, Belloc, etc. De nombreux ouvrages traitent de l'ichthyologie et ce n'est pas dans le cadre de ce recueil culinaire que nous pouvons en développer la synthèse; il y aurait de notre part une sorte de pédantisme qui n'est pas dans notre caractère.

Mais une simple étude des mœurs et habitudes de certains poissons pourra, au contraire, intéresser nos lecteurs qui n'ont pas sous les yeux les documents que nous possédons. C'est là toute notre ambition.

Les poissons appartiennent à l'embranchement des *Vertébrés*, et leur structure comporte : 1° le squelette formé d'os ou de cartilages, ou des deux réunis dans un même sujet; 2° le système nerveux; 3° l'appareil vasculaire qui comporte le cœur, l'aorte et les artères; 4° les branchies ou lamelles branchiales qui permettent la respiration.

Le corps est en général allongé et fusiforme, mais certaines espèces sont plates; c'est le cas des *Pleuronectidés*, comme la sole, le turbot, la raie.

Les poissons se divisent en quatre ordres : 1° l'ordre des *Cyclostomes* auquel appartient la lamproie, et qui ne compte en France que très peu de sujets; 2° l'ordre des *Sélaciens ;* 3° l'ordre des *Ganoïdes* auquel l'esturgeon se rattache, et enfin, 4° l'ordre des *Téléostéens* qui se subdivise en sous-ordres. Chaque ordre donne naissance à plusieurs familles dont on trouvera les noms en regard des sujets à mesure qu'ils sont énumérés.

Parmi les poissons de rivière, il y en a de nombreuses espèces qui descendent à la mer tandis que certains poissons de mer remontent

en eau douce, et ces migrations se font au moment de la ponte; on appelle *Anodromes* les poissons du genre saumon qui viennent en eau douce pour pondre, comme l'alose par exemple, et *Catadromes* ceux qui de la rivière passent à la mer comme les anguilles et en général cette migration des anguilles est définitive; elles ne reviennent plus en rivière, mais ce sont les jeunes qui viennent à un certain âge les remplacer en rivière.

Les mœurs des anguilles ont donné lieu à des controverses passionnées. Les uns prétendent qu'elles vont proliférer dans la mer des Sargasses, mais la preuve n'en a jamais été établie. C'est un des plus anciens poissons connus. Pline affirme que l'anguille vit de huit à dix ans et que le cadavre de ce poisson est le seul qui ne surnage pas. L'anguille peut vivre assez longtemps hors de l'eau, et souvent sort de la rivière la nuit et parcourt en rampant d'assez longues distances. Sa peau visqueuse et dépourvue d'écailles fait qu'il n'est guère possible de la tenir vivante à la main.

Qui n'a entendu dire aussi à quelqu'un qui se plaint sans motifs, qu'il fait comme l'anguille de Melun qui crie avant qu'on l'écorche. Mais là, il ne s'agit nullement du poisson, mais d'un brave homme de Melun nommé l'Anguille et qui dans une comédie étant chargé de remplir le rôle d'un sujet devant être écorché vif, comme il en était au moyen âge, se mit à pousser des hurlements en voyant seulement les préparatifs de son pseudo-supplice; les spectateurs lui ayant reproché de crier avant d'être écorché ont ainsi donné naissance à ce dicton dont la pauvre anguille qui nous occupe est tout à fait innocente.

L'alevin de l'anguille s'appelle : pibolle.

La lamproie qu'il ne faut pas confondre avec l'anguille est un poisson très fin qui habite les eaux marines proches des côtes et remonte fort loin dans les fleuves; la Garonne et la Loire en recèlent en avril-mai de grandes quantités et elle est plutôt considérée comme poisson d'eau douce.

La murène lui ressemble un peu, bien que la tête soit différente, la lamproie ayant une bouche en forme d'entonnoir sans mâchoire mobile, tandis que la murène a la bouche des autres poissons. Les murènes sont classées dans le genre *Physostome*. Les Romains avaient de grands viviers où ils élevaient des murènes qu'ils apprivoisaient, car ce poisson est, paraît-il, intelligent et s'apprivoise très bien. Les murènes sont des poissons exclusivement marins ne s'approchant des côtes que pour y déposer leurs œufs, mais étant prises vivantes et déposées en vivier d'eau douce, elles s'y plaisent fort bien et s'y engraissent car elles sont très voraces et carnassières.

L'histoire relate que de riches patriciens romains engraissaient leurs murènes en leur faisant jeter en pâture des esclaves vivants. La pêche en est dangereuse car la murène se jette sur le pêcheur et

cherche à lui mordre les mains; sans être dangereuses, leurs morsures sont venimeuses.

Le saumon est aussi un poisson migrateur; il naît dans l'eau douce et y reste jusqu'à deux ans, ensuite il descend à la mer pour s'y engraisser pendant plusieurs années au large et en eaux profondes. Puis il pénètre de nouveau dans les rivières pour y effectuer sa ponte vers décembre. Il remonte les cours d'eau les plus rapides par bonds hors de l'eau extrêmement curieux. Sa chair d'une belle teinte orangée est fort prisée des gourmets.

La truite émigre de la mer aux eaux douces, tout comme le saumon dont elle est, croit-on, une variété; la truite saumonée a la chair rose foncé comme le saumon; et nous avons aussi la truite arc-en-ciel qui, importée de Californie, s'acclimate fort bien chez nous dans nos lacs et rivières; elle est reconnaissable à sa robe d'un gris verdâtre piquetée de points noirs en forme de petites étoiles, et a son ventre orangé. C'est une des meilleures espèces pour la finesse de la chair.

Dans la même famille des *Salmonidés* nous avons la délicieuse petite truite de rivière qui se plaît dans les eaux vives et aérées et qui donne lieu à un élevage intensif.

Un des sujets les plus délicats de cette famille s'appelle l'omble-chevalier et se trouve surtout dans les lacs de Savoie ou des Vosges. Il y a aussi le lavaret qui tout en étant de la même famille et de même habitat a une chair blanche et non orangée comme l'omble. Ce sont d'exquis spécimens de l'onde douce mais dont la chair fragile, d'une part, et leur peu d'abondance, d'autre part, font que l'on en voit rarement en dehors de leur lieu d'origine; le lac du Bourget et le lac de Genève en recèlent de nombreuses espèces; le féra, l'argentin, l'omble commun, le lavaret, et l'omble-chevalier s'y complaisent mieux que partout ailleurs puisque les essais d'acclimatation en d'autres lieux n'ont pas donné de résultats favorables.

Dans la nombreuse famille des *Clupéides*, de l'ordre des *Téléostéens*, nous trouvons encore l'alose qui remonte en bandes très nombreuses de la mer à l'embouchure des rivières pour effectuer la ponte. On appelle l'alose : poisson de mai, parce que c'est à partir de ce mois que l'on peut se livrer à sa pêche très intéressante; les pêcheurs répartis en plusieurs barques toutes reliées par un immense filet ou senne décrivent un large arc de cercle et, se rapprochant du rivage, referment peu à peu le filet dans lequel une multitude d'aloses bondissent à la recherche de leur liberté.

Les harengs et les sardines, de la même famille, voyagent aussi en bancs qui donnent lieu à de grandes pêches côtières, mais ces derniers ne pénètrent pas en eau douce, non plus que les anchois et les spratts.

La carpe, de la famille des *Carprinidés*, est un poisson de rivière,

d'étang, de lac; il en existe plusieurs variétés, qui sont la carpe commune, la carpe miroir, la carpe à cuir, la carpe bossue, la carpe reine, la carpe verdâtre, la carpe de Hongrie.

Elle figure au rang des poissons que les ordonnances de nos rois des XIIIe et XIVe siècles interdisaient de pêcher si les deux ne valaient un denier, c'est-à-dire trop petites. Nous trouvons dans un ouvrage de J. de Fréminville le prix du poisson en 1400 et environs.

A cette heureuse époque un cent de gros poissons valait 12 livres, le demi-cent était tarifé 100 sols.

La carpe a la réputation d'être d'une extrême longévité; ne dit-on pas que la pièce d'eau de Fontainebleau en recèle qui y furent mises par François Ier ? Je crains qu'il n'y ait un peu d'exagération, bien que quelques-unes fort bien apprivoisées soient de taille respectable et d'aspect vénérable.

Au point de vue culinaire la carpe ne jouit plus, de nos jours, de la renommée qu'elle avait au siècle dernier. Le brochet l'a détrônée dans les repas soignés et la truite ou le saumon encore plus.

Et maintenant venons-en au brochet, lequel, de la famille des *Ésocidés* dont il est le seul membre, mérite le sobriquet qui lui est donné de requin d'eau douce, car sa voracité et même sa férocité lui valent cette comparaison.

Il dépeuple les rivières en vrai pirate et de ce fait atteint des dimensions et un poids remarquables. En 1882 il en fut pêché un en Suisse dans le lac de Zurich qui mesurait 1 m. 35 de long pour un poids de 21 kilogrammes.

Il existait autrefois des cours d'eau très poissonneux, fertiles en truites, tanches, brêmes, etc., et où la malencontreuse idée d'y avoir jeté des brochets a eu pour résultat un dépeuplement de tous les autres sujets.

Le brochet pond une quantité prodigieuse d'œufs, gluants, transparents et assez gros; ils sont utilisés par les riverains du Danube pour la fabrication d'un faux caviar qui est loin d'avoir, pour le palais des gourmets, la valeur de celui du sterlet.

Et puisque nous parlons du sterlet, qui est de la famille des esturgeons, disons un mot de ceux-ci. Ce sont de beaux et bons poissons du Danube ou de la Volga que Linné classe dans les *Acipenser*, et qui, quittant leurs berceaux natals, passent dans la mer pour venir se retremper dans d'autres fleuves. On en trouve dans la Garonne et le golfe de Gascogne.

C'était, d'après Pline, un poisson très estimé des Anciens; il atteint des dimensions énormes et son corps porte cinq rangées d'écussons très larges et osseux : une le long du dos et deux de chaque côté; sa coloration est brune dessus et blanc-gris sur les côtés et le ventre. Sa tête est revêtue d'une sorte de carapace osseuse, cornée et

son museau est effilé. Sa chair peut s'accommoder comme un morceau de veau et elle est très bonne; mais sa principale valeur réside dans ses œufs dont on fait le caviar et qui ont une valeur marchande supérieure à la valeur de la centaine de kilogrammes de chair que représente parfois un seul sterlet ou esturgeon. Pline nous dit qu'autrefois on en prenait dans le Pô qui pesaient jusqu'à mille livres.

La femelle pond en moyenne un million et demi d'œufs, qui vont devenir du caviar tandis que la vessie natatoire sert à fabriquer la colle de poisson et sa moelle épinière séchée deviendra le vesiga, indispensable au coulibiac. Sa peau est utilisée dans l'industrie, on en fait des ceintures, des étuis à cigarettes, et bien d'autres articles de fantaisie.

Quant au caviar, il peut être intéressant de savoir comment on le prépare.

En voici, grosso modo, l'exposé selon que l'on prépare le caviar à grains ou le caviar solide.

PRÉPARATION DU CAVIAR

On met les œufs extraits de l'esturgeon (Voir fig. 38, p. 25), sur un tamis formé d'un cadre en bois sur lequel on a tendu un filet en coton à mailles très serrées, à travers lesquelles les grains de caviar doivent pourtant passer. On les étend sur le tamis en les pressant avec les mains; les grains se séparent des membranes ovariennes et tombent dans un tonneau, tandis que les fibres restent sur le tamis. Pour préparer le caviar liquide, on met dans le tonneau qui reçoit les grains de caviar du sel en poudre très fin, 4 à 6 pour 100, suivant la saison; d'ailleurs moins le caviar est salé et plus on l'estime; toutefois ce n'est qu'en hiver qu'on peut le préparer ainsi. Bientôt les grains acquièrent de la résistance en s'imbibant de sel et on a la sensation de remuer des perles. C'est le signe que le caviar est fait à point. On le transvase alors dans des barils de tilleul, les seuls qui ne lui communiquent aucun goût désagréable.

Si l'on veut préparer du caviar solide, on verse dans le tonneau contenant les œufs une dissolution de sel, dont le degré de concentration varie également avec la température. Pour que les grains s'imprègnent bien, on imprime à la saumure un mouvement circulaire, en la remuant avec une pelle, puis on verse toute la masse sur un grand tamis en crin. Quand le liquide superflu s'est écoulé on met le caviar dans des sacs de nattes; on les presse fortement pour en exprimer la saumure et pour en faire une masse homogène. On retire le caviar pressé des sacs et on en remplit des barils en foulant fortement. Les barils sont toujours garnis intérieurement de toile. On en remplit aussi des boîtes de fer-blanc qu'on ferme hermétiquement. Enfin, il va sans dire que pour rehausser le goût du caviar on y ajoute commu-

nément, dans les boîtes ou dans les barils, de la muscade, des clous de girofle, du poivre et autres aromates.

Il est à remarquer que le caviar solide est d'un goût moins délicat que le premier à cause des grains crevés qu'il renferme, résultant de la pression énergique à laquelle il a été soumis. Cependant c'est la sorte la plus courante.

Le caviar est un mets très nutritif qui, d'après Payen, renfermerait plus de substances assimilables que la viande de bœuf; voici d'ailleurs l'analyse qu'il en a donnée :

Eau	37.500	Matières sèches	62.500
contenant :			
Matières azotées	29.164	Sel marin	4.825
— grasses	16.260	Substances minérales	4,425
— non azotées	7.825		

Ce qui donne en effet 4,87 % d'azote, tandis que la viande de bœuf n'en renferme que 3 % à peine.

ÉTUDE DE POISSONS DE MER

La mer est divisée en zones ichthyologiques et chaque zone a sa faune particulière. Ainsi la zone côtière n'abrite que des poissons mauvais nageurs, qui trouvent leur pâture dans les algues et la végétation qui abritent de nombreux vers, insectes, petits mollusques ou crustacés. Leurs œufs sont plus lourds que l'eau et sont fixés à des corps étrangers, pierres ou roches, et sont même pour certains sujets pondus dans une sorte de nid. L'épinoche en particulier se construit un nid semblable à un nid d'oiseaux. Ce sont surtout ces poissons littoraux qui remontent en eau douce ou qui ont, comme la loche, des cousins en rivière, la lotte également.

La seconde zone est appelée plateau continental et se situe avec 50 à 200 mètres de profondeur; on y pêche grondins, raies, turbots, etc.; leurs œufs sont flottants et les parents ne s'en occupent pas.

Puis on trouve la haute mer où vivent les forts nageurs : harengs, thons, morues, et où se pratique la grande pêche.

Au-dessous de 200 mètres de profondeur se trouvent des poissons que l'on ne voit pas ordinairement. Seules quelques expéditions scientifiques, comme celles qu'accomplissait jadis le Prince de Monaco, pouvaient développer la connaissance de cette faune au prix de coûteuses expériences.

Il a été remonté dans ces expéditions des sujets inconnus jusqu'alors et qui, vivant dans une totale obscurité, émettaient des lueurs

phosphorescentes par des antennes que seuls ces poissons possèdent. La table n'a, jusqu'ici, rien à en tirer.

Parmi les petits poissons qui fournissent de délicieuses fritures, nous avons en eau douce, le goujon, le vairon, le gardon, le hottu, l'ablette. Ce dernier poisson sert, non seulement au point de vue alimentaire, mais aussi au point de vue industriel, car ses écailles d'une blancheur immaculée recèlent une matière que l'on appelle essence d'Orient, et qui est utilisée dans l'industrie des perles fausses auxquelles elles communiquent le ton que l'on appelle : l'orient. Ce n'est pas une innovation due à notre époque, mais depuis des siècles il paraît que les Chinois et aussi les Vénitiens, l'employaient pour faire de fausses perles.

En France ce serait vers 1655 que cette particularité fut étudiée par Réaumur. Mais il faut quelque 4 à 5.000 ablettes pour fournir 500 grammes d'écailles, et pour un kilogramme d'essence d'Orient il faut 35.000 ablettes, ce qui remet le kilogramme d'essence d'Orient à plusieurs milliers de francs. Heureusement que ce poisson est très prolifique puisque la femelle pond environ 75.000 œufs.

CRUSTACÉS

Ayant un peu passé en revue les principaux poissons connus du grand public, voyons un peu à disséquer la famille des crustacés de mer et d'eau douce. Chacun connaît et apprécie les homards, langoustes, tourteaux, crabes, écrevisses et crevettes; l'étude de ces animaux mérite que l'on y consacre quelques pages.

Le homard que les anciens appelaient l'écrevisse de mer appartient au genre *Décapodes macroures* et les Romains l'avaient si fort en estime qu'il figure au centre des faisceaux culinaires des peintures de Pompéï. La pêche ou plutôt leur capture se fait au moyen de paniers dits casiers que l'on immerge au fond de l'eau avec une corde après y avoir placé un morceau de viande ou poisson un peu décomposé dont l'odeur attire ces gloutons qui pénètrent dans cette sorte de nasse dont ils ne peuvent ressortir. On les prend aussi avec une sorte de grande balance comme les écrevisses.

Les côtes bretonnes sont assez bien fréquentées par ces crustacés; du côté de Roscoff on en prend beaucoup, mais la pêche la plus abondante a lieu dans les eaux norvégiennes.

La femelle du homard (qui n'est pas la langouste, comme d'aucuns le croient) pond de 15 à 20.000 œufs qui se tiennent sous la queue où ils sont à l'abri de toute attaque et de tout accident et pendant les six mois que dure l'incubation, la femelle agissant d'instinct, tantôt présente ses œufs à la lumière, et pour cela n'a qu'à étendre son

appendice caudal et tantôt les laisse dans l'obscurité en repliant sa queue sous elle. Nous ne saurons jamais quelles sont les circonstances qui motivent cette merveille de l'instinct maternel ? L'éclosion se produit en avril-mai, et à peine nés les jeunes s'éloignent de leur mère et nagent à fleur d'eau au moyen de sortes de cils vibratiles en forme de plumes qu'ils portent à chaque patte; cela dure six semaines pendant lesquelles il s'opère quatre mues successives, puis ils tombent au fond de l'eau et se rapprochent peu à peu du rivage. C'est à cette époque de mues que beaucoup, c'est-à-dire les sept dixièmes, deviennent la proie d'autres poissons, autrement la mer en serait submergée, car presque tous les œufs éclosent grâce aux soins de la mère. Chaque homard refait sa carapace huit à dix fois dans la première année et un peu moins tous les ans jusqu'à six ans où étant devenu adulte il ne mue qu'une fois par an. En temps ordinaire Paris consomme quotidiennement une moyenne de 8 à 10.000 homards ou langoustes. L'aquarium de New-York a possédé en 1910 un homard géant pesant 15 kilos et mesurant un mètre de longueur.

La langouste, de la même famille, offre cependant une grande différence dans les détails de structure. Le homard a les deux pattes antérieures terminées par des pinces qui en font des armes de défense, ou d'attaque, redoutables, alors que la langouste n'en a pas, les antennes de cette dernière bien plus longues et plus grosses que celles du homard, sont hérissées de piquants, les yeux sont bien plus gros que ceux du homard, mais insérés aussi sur des pédoncules au milieu du front. Les Romains lui avaient donné le nom de : locusta, d'où dérive : langouste. Très vorace, la langouste possède des mandibules qui lui permettent de broyer des mollusques et des huîtres dont elle est très friande, elle se nourrit aussi d'étoiles de mer. Les œufs de la langouste, beaucoup plus petits que ceux de *homardes* sont aussi placés sous la queue et au nombre d'une centaine de mille. La carapace des homards et langoustes contient deux pigments, l'un rouge l'autre bleu, ce qui leur donne ce ton violacé, aciéré à l'état vivant, mais comme la chaleur détruit le pigment bleu en laissant subsister le rouge, et même le développant, on a là l'explication du phénomène qui se produit à la cuisson où la carapace devient d'un beau rouge.

Jules Janin, qui bien que grand littérateur n'avait pas de notions ichthyologiques, a écrit un jour au sujet du homard qu'il a appelé : « le cardinal des mers ». Sans doute se figurait-il que l'animal avait la même couleur dans l'eau que sur sa table !

La langouste, culinairement, se prête aux mêmes apprêts que le homard, mais ce dernier, chaud, est meilleur que la langouste qui, elle, est préférable froide. A poids égal, la langouste contient plus de chair que le homard.

Quant aux tourteaux, crabes et étrilles, leurs mœurs sont très

peu connues et leurs qualités gastronomiques sont loin d'avoir la valeur de celles des crustacés ci-dessus.

Au sujet des crabes bien peu de personnes savent qu'il existe une espèce de crabes de terre, de forme identique à ceux que tout le monde a vus sur nos plages marines. Ces animaux se nourrissent de végétaux, feuilles, racines et fruits tombés qu'ils saisissent avec leurs pinces et déchirent avec leurs mandibules. Ils sont troglodytes, habitant des trous ou des anfractuosités dont ils sortent en groupe matin et soir, ou après la pluie. S'ils sont menacés, ils se hérissent sur leurs pattes et font avec leurs pinces un bruit de castagnettes comme pour menacer ou effrayer, mais ils se sauvent en marchant de côté et rapidement ils regagnent leurs repaires. Le plus curieux c'est qu'à l'époque de la ponte ils descendent en bandes très denses vers la mer, où ils déposent leurs œufs qui éclosent après avoir été rejetés sur la grève par le flot et quand les petits sont devenus assez forts ils remontent vers les terres d'origine. On les chasse pour leur chair qui est fort appréciée. Il y en a même une espèce qui se nourrit de noix de coco. Ils sont de forte taille et dévorent les noix qui se cassent en tombant.

Et, pour terminer ce chapitre, parlons un peu des crevettes et écrevisses. Les premières sont de deux sortes, les grises ou crevettes ordinaires de beaucoup les plus abondantes et les rouges dites : bouquet. Entre les deux il y a la crevette rose qui ressemble plus au bouquet qu'à la grise et qui sert au décor des jolis plats de poissons froids.

La crevette bouquet coûte fort cher, et cependant au point de vue du goût la grise est préférable, l'autre règne pour la vue. Le beau bouquet se pêche à marée basse dans les trous de roches où la mer l'a laissé en se retirant.

Pour cuire la crevette grise, les pêcheurs la jettent dans l'eau bouillante salée, et même dans l'eau de mer, et de plus ils plongent pendant leur cuisson un fer rougi au feu, le tisonnier par exemple, qui leur fait prendre une teinte un peu rosée. Indépendamment de leur présentation en hors-d'œuvre, les crevettes rentrent dans de nombreuses garnitures et préparations culinaires comme on le verra dans les recettes.

Terminons alors par le seul crustacé d'eau douce : l'écrevisse, lequel tend à disparaître de plus en plus de nos cours d'eau, par le braconnage d'une part, et aussi par suite de la pollution des eaux en raison des déversements de matières chimiques par les usines établies sur leurs rives.

L'écrevisse, crustacé décapode est de la famille des *Macrocères*. Elle est ovipare et d'après Lachâtre présente une particularité curieuse : ce seraient ses pattes à pinces, c'est-à-dire les deux antérieures qui sont le siège des organes de génération.

Ces organes sont indiqués chez le mâle par une cavité arrondie et remplie par une masse charnue où viennent aboutir les vaisseaux spermatiques, et chez la femelle, par une grande ouverture ovale qui donne passage aux œufs qui sont ensuite recueillis et fixés sous la queue. A leur naissance, les petites écrevisses sont molles, transparentes et seraient une proie facile pour de nombreux poissons si l'instinct maternel ne les abritait sous la queue pendant une vingtaine de jours; ensuite elles peuvent quitter le domicile maternel et voler, si je puis dire, de leurs propres ailes! De même que les autres crustacés, l'écrevisse change de tenue tous les ans, abandonnant son vêtement devenu trop étroit, et en sécrétant un, approprié à sa taille. Mais beaucoup d'écrevisses meurent ou sont victimes de la voracité de leurs voisins pendant la période de transformation. Un autre fait curieux, commun à tous les crustacés, c'est la faculté pour eux de voir se reproduire leurs pattes rompues ou arrachées accidentellement. Voilà une supériorité sur les humains, qui, hélas! ne peuvent faire repousser à volonté bras ou jambes perdus. Ce phénomène physiologique ne nous concerne pas, c'est dommage.

Au point de vue culinaire, l'écrevisse a toujours été un mets de prédilection pour les soupeurs endurcis.

Voici terminée cette petite étude sans prétention qui nous a paru avoir sa place dans cet ouvrage à côté des recettes, plus utiles sans doute, mais qui s'en trouveront complétées.

En l'écrivant nous nous sommes inspiré du seul souci d'être agréable et utile aux curieux qui allient le désir de savoir au plaisir de savourer.

H. P.

PRÉSENTATION

DES PRINCIPAUX POISSONS

Les photographies ont été prises à la Poissonnerie Potron, place du Marché-Saint-Honoré, à Paris.

Les plats présentés en couleurs ont été réalisés et dressés au Restaurant le *Relais Paris-Est*,
M. G. Lavrut étant propriétaire,
par M. Viaux, chef des cuisines,
« Meilleur ouvrier de France »

Les Éditions Flammarion adressent leurs plus vifs remerciements à tous ces aimables concours.

MANIPULATIONS

CONSEILS D'ORDRE GÉNÉRAL

ACHAT, NETTOYAGE, VIDAGE ET APPRÊTS

La qualité primordiale du poisson, c'est la fraîcheur ; et ceci vaut pour le poisson le plus commun comme pour le plus fin.

Or la fraîcheur se reconnaît à divers signes, tout d'abord, l'odeur; mais c'est alors tellement caractéristique que cette seule raison doit suffire à l'écarter ; il y a aussi l'aspect qui doit être brillant, la peau gluante, l'œil vif et les ouïes d'un beau rouge vif. Il ne faut pas craindre de soulever les volets du bout des doigts pour voir la couleur des ouïes. De plus, si l'on appuie le bout du doigt sur la chair, il ne faut pas que l'empreinte du doigt reste marquée, mais au contraire que la chair reprenne sa place. A ces signes vous saurez reconnaître un poisson frais.

Au temps jadis, il était d'usage de marchander le poisson au risque de faire éclater la feinte colère des dames de la Halle qui n'attendaient que cette occasion d'égrener leur vocabulaire que l'on pourrait appeler : *l'ode aux chalands.*

Mais les temps sont révolus et aujourd'hui les prix sont affichés, taxés, et respectés ou... à peu près.

Le poisson étant acheté, il faut, pour bénéficier de sa fraîcheur, l'employer au plus tôt à moins de disposer d'une glacière ou de glace. Le premier travail consiste à le nettoyer, vider (voir fig. 49, page 29) et préparer suivant ce que l'on en doit faire.

Il faut d'abord l'écailler si c'est un poisson à écailles, car tous ne sont pas recouverts d'écailles, tels : le turbot, le maquereau, l'anguille, la bonite et d'autres; or pour l'écailler sans l'abîmer, il est recommandé d'avoir un petit outil dit : écailleur (voir fig. 50, page 29); il y en a de différents modèles qui ont pour but de ne pas l'abîmer ni déchirer; l'écaillage doit se faire en remontant de la queue à la tête, à rebrousse-poils si l'on peut dire et cela avant de vider le poisson parce qu'alors la peau du ventre est bien tendue par les intestins, tandis que si on le vide d'abord, la peau est flasque et le couteau ne peut en gratter la surface.

Ensuite, on le vide, par les ouïes en général, et on finit par l'anus pour détacher le reste des organes, en fendant légèrement cette partie. Les gros poissons tels que saumons, truites, bars, mulets, etc., se videront plus aisément sans être abîmés en introduisant par une ouïe le manche recourbé d'une écumoire qui ramènera les intestins et l'on peut dire, ramonera l'intérieur. On lave ensuite le poisson à grande eau fraîche, surtout l'intérieur, jusqu'à ce que l'eau en sorte claire.

Et si on ne le fait pas cuire tout de suite, il est bon de l'envelopper dans une serviette et le tenir au frais.

Voilà les premières règles qui s'appliquent aux poissons.

Et nous passons à présent à la cuisson qui comporte divers modes que voici exposés aussi clairement que possible.

DIVERS MODES DE CUISSON DU POISSON

Le poisson peut être présenté sur table après avoir subi un mode de cuisson qui n'est pas forcément uniforme. Il y a la cuisson par :

1° Le court-bouillon.
2° Le braisage.
3° Le pochage.
4° La friture.
5° La grillade.
6° La cuisson au beurre dite : à la meunière.
7° La cuisson dite : au bleu.

BRAISAGE DES POISSONS

Ce mode de cuisson s'applique aux poissons entiers ou en tranches tels que : carpes, saumons, truites, turbots, esturgeons, brochets. On garnit le fond d'une casserole ou poissonnière ou plat à rôtir, avec une couche de beurre sur laquelle on place un lit de carottes, échalotes, oignons émincés, bouquet garni, le tout légèrement sauté au beurre; on couche le poisson dessus, on le recouvre de bardes de lard gras et on le mouille à moitié de sa hauteur avec du vin blanc ou rouge, suivant la sauce qui doit l'accompagner, et parfois du bouillon par parties égales. On assaisonne de sel et poivre en grains, puis après lui avoir fait jeter un bouillon sur le feu, on le met au four où on le laisse cuire doucement, en l'arrosant très souvent pendant un temps déterminé par la nature et la grosseur du poisson.

La cuisson est toujours ajoutée à la sauce et parfois même elle sert à la faire.

COURT-BOULLION

Un poisson est dit : au court-bouillon quand il est entièrement baigné dans une cuisson liquide.

Les proportions du court-bouillon sont les suivantes (que l'on augmentera ou diminuera suivant la grosseur du poisson et les dimensions de la poissonnière dans laquelle la ou les pièces de poisson seront mises à cuire) : 6 litres d'eau, 1 /4 de litre de vinaigre, 100 gr. d'oignons en rouelles, 60 gr. de sel gris, 2 gr. de poivre broyé, 3 ou 4 échalotes émincées, un bouquet garni et 1 clou de girofle. Faire bouillir le tout trois quarts d'heure environ et laisser refroidir. Le court-bouillon est alors prêt pour cuire n'importe quel poisson, de 2 à 3 kilos.

Lors de la cuisson des poissons au court-bouillon, il faut éviter l'ébullition qui ferait éclater les chairs. Il faut retirer la poissonnière sur le côté du feu dès que l'ébullition se manifeste, et la laisser frémir seulement, durant un temps déterminé par la grosseur du poisson.

Pour certains poissons fins, saumons, truites, bars, on peut remplacer le vinaigre par une bouteille de vin blanc.

Les gros poissons se mettent toujours à cuisson froide, sauf si la pièce, sans être avancée, est néanmoins dans un état qui nécessite une cuisson rapide. On verse dans ce cas le court-bouillon très chaud sur le poisson.

Lorsqu'un poisson doit être présenté froid, il faut qu'il refroidisse presque complètement dans sa cuisson, pour éviter le dessèchement de la chair qui se produirait fatalement par l'évaporation. On laisse achever le complet refroidissement hors du court-bouillon en couvrant le poisson d'un linge mouillé.

Le court-bouillon pour les turbots et les barbues n'a besoin que d'eau salée additionnée d'un citron pelé et coupé en tranches, ce qui a pour but de rendre plus blanche la chair de ces poissons. Quelques chefs remplacent le citron par un bon quart de litre de lait.

LA FRITURE

C'est en général la friture d'huile qui est choisie pour le poisson parce que l'huile peut être chauffée à un très haut degré avant de brûler (300 degrés) et le poisson se trouve mieux saisi. Plus le poisson est petit, plus il faut le saisir et n'en pas mettre trop à la fois pour ne pas refroidir la friture; lorsqu'il est un peu gros, le ciseler aussi comme pour le griller. Servir la friture aussitôt terminée, pour qu'elle soit bien croquante et dorée, mais bien égouttée.

Il convient de tremper auparavant les poissons *quels qu'ils soient*, dans du lait froid salé et de les rouler ensuite dans la farine, ce qui constitue autour une sorte de pâte légère formant cuirasse, croquante et d'une belle couleur. Saler la friture en l'égouttant, la dresser sur serviette, présenter du citron en même temps et, si l'on veut, un bouquet de persil frit pour le garnir.

GRILLADE

Les poissons que l'on veut servir grillés (sur le gril, car souvent on les cuit au four tout en leur laissant la dénomination de grillés), doivent être farinés d'abord et badigeonnés d'huile avant d'être posés sur un gril chauffé d'avance; si le poisson qui doit être grillé pèse plus de 150 grammes, il faut le ciseler, ce qui signifie : faire des incisions tout le long du poisson des deux côtés, pour faciliter la cuisson sans que la peau brûle. Ces ciselures se font d'un demi-centimètre de profondeur (voir fig. 51, page 29). Tourner le poisson sur le gril quand il est cuit d'un côté et le badigeonner souvent d'huile ou de beurre fondu pendant sa cuisson; on peut griller des poissons entiers ou des tranches de gros poissons.

A LA MEUNIÈRE

Les poissons dits à la meunière doivent aussi être passés au lait et à la farine pour être cuits à la poêle à beurre très chaud plus ou moins à feu vif, suivant leur grosseur; ciseler aussi les pièces de 125 grammes et au-dessus.

Ce sont surtout les petits poissons, truites, soles, merlans, maquereaux et tous ceux de même genre que l'on traite à la meunière. La façon de les servir est indiquée dans les recettes les concernant. Les tranches de gros poissons se traitent aussi à la meunière.

POCHAGE

Par pochage on entend la cuisson qui s'opère avec très peu de liquide et sans ébullition prononcée. Le pochage est surtout appliqué pour la cuisson des soles, truites de rivière, turbotins ou pour les filets ou tranches de poissons.

Lorsqu'il s'agit de poissons à chair blanche, il est bon de les faire dégorger d'avance à l'eau froide renouvelée, pour en évacuer le sang.

On place le poisson ou les filets de poissons dans un plat à rôtir ou dans une sauteuse, dont on a beurré le fond, et sur lequel on a semé, suivant le cas, des oignons et des échalotes émincés. On assaisonne de sel et de poivre, on verse dessus vin blanc ou rouge, ou court-bouillon, suivant nécessité, on couvre d'un papier beurré et l'on met au four chaud. Ne pas laisser bouillir, et si c'est nécessaire arroser le poisson quelquefois, le vin est ensuite réduit et ajouté à la sauce.

POISSONS DITS : AU BLEU

Ce mode de cuisson convient surtout aux poissons de rivière tels que truites, tanches, carpes, brochetons; par exemple pour les truites,

les avoir *vivantes*, les saisir par la queue avec un torchon, leur frapper la tête sur la table et aussitôt les vider par les ouïes, sans les écailler surtout ni même les essuyer car c'est le limon dont elles sont enduites qui les bleuit. Verser dessus une cuillerée de vinaigre bouillant et les précipiter dans un court-bouillon bouillant et bien condimenté ; ce court-bouillon ordinaire et *non au vin rouge* comme certains le croient. La cuisson des poissons demande cinq ou huit minutes.

NOMENCLATURE DES TERMES TECHNIQUES

Appareil. — Mélange de diverses substances alimentaires hachées ou coupées de différentes manières.

Braiser. — Cuire longuement et doucement, comme il est dit aux divers modes de cuisson des poissons, page 39.

Ciseler. — Faire des incisions sur les poissons pour faciliter la cuisson soit au gril ou à la poêle (voir fig. 51, page 29).

Contiser. — Incruster de minces lamelles de truffes dans la chair de poisson ou filets de poisson que l'on fend légèrement en biais pour que ces lamelles soient mi-incrustées, mi-apparentes.

Dégorger. — Faire tremper dans l'eau froide ou même l'eau courante certains poissons tels que sole ou turbot pour en faire évacuer le sang et obtenir une chair blanche.

Glacer. — Glacer une sauce chaude sur un poisson c'est la soumettre à un feu très vif pour en dorer le dessus sans lui laisser le temps de bouillir, ce qui risquerait de la faire désagréger si elle est liée aux jaunes.

Matignon. — Une matignon est un mélange de légumes tels que carottes, champignons, céleri, oignons, échalotes, coupés en petits filets longs très fins, cuits au beurre à l'étuvée et mêlés à la sauce du poisson.

Mirepoix. — Même préparation que ci-dessus, mais les légumes en petits dés fins.

Napper ou masquer. — Répandre sur un poisson une couche de sauce ou de gelée pour l'en recouvrir copieusement.

Pocher. — Voir l'explication aux différents modes de cuisson du poisson, page 41.

LES SAUCES, LES BEURRES COMPOSÉS ET LES FARCES DE POISSON

SAUCES CHAUDES

La plupart des sauces pour poissons sont faites avec la cuisson des poissons eux-mêmes et ne se préparent guère à l'avance, ainsi la sauce du homard à l'américaine, la sauce New-burg, la sauce vin blanc, la sauce Bercy, la sauce matelote, etc.

Il y en a cependant un certain nombre qui peuvent se commencer d'avance et se terminer par l'adjonction de l'essence de poisson en dernier lieu. Ce sont de celles-ci dont nous allons parler. Tout d'abord le fumet de poisson qui sert dans beaucoup de cas.

FUMET DE POISSON

Faire un court-bouillon pas trop abondant avec les arêtes, têtes et déchets de poissons, soit soles, merlans, colins, etc., mouillés au vin blanc, sel, poivre mignonnette et bouquet garni.

SAUCE ANCHOIS

Peut se faire avec de la sauce hollandaise à laquelle on ajoute une purée d'anchois ou mieux quelques gouttes d'essence d'anchois commerciale; ou avec de la sauce vin blanc ou béchamel, ou sauce blanche dite bâtarde.,

SAUCE AURORE

Cette sauce délicieuse avec les œufs et les poissons se fait en mélangeant une partie de sauce béchamel et une partie de sauce tomate, de manière à obtenir une sauce d'une belle couleur rosée, d'où son nom de sauce aurore.

SAUCE BATARDE

C'est la simple sauce blanche ménagère qui est très bonne si elle est bien faite, mais n'est qu'une colle dans le cas contraire. Voici la bonne formule. Faire fondre 30 gr. de beurre, y mélanger 30 gr. de farine et aussitôt mouiller avec deux décilitres d'eau froide, saler, poivrer, mettre de suite un jaune d'œuf (ou deux) et remuer au fouet sur le feu jusqu'à l'ébullition. Au premier bouillon retirer et beurrer à volonté. Pour le poisson, ajouter en dernier du fumet très réduit.

SAUCE BÉARNAISE

Faire réduire tout ensemble deux cuillerées à potage de vinaigre avec une échalote hachée, cerfeuil et estragon hachés, une prise de poivre. Quand le vinaigre est réduit à la valeur d'une cuillerée à café, le verser au travers d'un petit linge sur deux jaunes d'œufs mis dans une très petite casserole avec une noisette de beurre et une pincée de sel; mettre au bain-marie froid à feu doux et remuer ces jaunes au fouet jusqu'à ce qu'ils soient devenus crémeux comme une sauce; à ce moment y ajouter par petites parties 150 gr. de beurre fin, toujours au fouet mais hors du feu dans le bain-marie et terminer cette sauce avec une cuillerée à café de cerfeuil et estragon hachés finement.

SAUCE BÉCHAMEL

C'est la classique sauce au lait; faire un roux avec 40 gr. de beurre, 30 gr. de farine et un bon quart de litre de lait, saler, poivrer, pointe de muscade; la tenir un peu épaisse et la cuire à petit feu un quart d'heure, puis, au moment de s'en servir, la détendre avec de la cuisson de poisson et un peu de crème, ou de beurre fin. Avec la proportion de beurre et farine indiquée on obtient la sauce pour 4 ou 5 personnes.

SAUCE DITE BEURRE BLANC

La région nantaise a la spécialité de ses brochets au beurre blanc. Faire réduire un demi-décilitre de vinaigre, avec une échalote hachée, d'aucuns emploient du vin de Muscadet, et quand il n'en reste plus qu'une cuillerée à café, ôter l'échalote, prendre et laver à l'eau courante un bon morceau de beurre fin, le travailler pour le ramollir en y mettant sel et poivre, puis le mélanger, peu à peu, dans la casserole avec le vinaigre réduit, tout en battant bien avec le fouet, pour que ce soit mousseux et en crème plutôt que fondu.

SAUCE A LA CANOTIÈRE

Sert pour les poissons d'eau douce cuits au court-bouillon. Après avoir cuit les poissons dans un court-bouillon bien condimenté, mais pas trop salé, en prendre une partie et le faire bien réduire, puis le lier avec un morceau de beurre manié (1), pour obtenir une sauce crémeuse; la finir hors du feu avec beurre ou crème, pointe de cayenne ou paprika. Quelques petits champignons de prés ajoutés à cette sauce ne sont pas pour lui nuire.

SAUCE AUX CÂPRES

Sauce hollandaise ou simplement sauce bâtarde avec une addition de câpres au vinaigre.

SAUCE CARDINAL

Faire une sauce béchamel bien crémeuse et mettre dedans un beurre de homard (voir beurres composés) et un peu de crème.

SAUCE COLBERT OU BEURRE COLBERT

C'est improprement que l'on appelle cela une sauce, c'est en somme un beurre maître-d'hôtel. Il suffit de mélanger dans 100 gr. de beurre fin un peu mou, une cuillerée à café de glace de viande fondue mais froide, puis du persil et de l'estragon hachés, jus de citron, sel et poivre. Le mélange se fait dans une assiette, de façon que le beurre ne soit pas fondu, mais reste en pommade. On le sert avec les grillades et les poissons à la Colbert. La glace de viande peut être remplacée par un extrait de viande que l'on trouve dans le commerce.

SAUCE CREVETTES

Sauce béchamel avec un beurre de crevettes dedans (voir beurres composés, p. 51).

SAUCE CURRIE, OU INDIENNE, OU CRÉOLE

Répond indifféremment à ces trois dénominations. Faire blondir (sans colorer) au beurre deux cuillerées à potage d'oignon haché, le poudrer avec une cuillerée à café de poudre de currie, puis mouiller avec 2 décilitres de fumet de poisson, cuire vingt minutes et lier avec deux décilitres de sauce béchamel, une tasse à café de crème, assaisonner à point sans poivre, le currie contenant du cayenne. Cuire encore un peu

(1) Mélange à froid et à poids égal de beurre frais et de farine.

et passer la sauce pour éliminer l'oignon, la beurrer et servir soit sur le poisson, soit à part suivant le cas; servir en même temps obligatoirement du riz créole (voir p. 208).

SAUCE FINES HERBES

Il suffit d'ajouter à la sauce vin blanc indiquée page 48 une forte pincée de persil, cerfeuil, estragon hachés très fins, et une échalote hachée très finement et cuite cinq minutes à l'eau puis égouttée.

SAUCE GÉNOISE (OU GÉNEVOISE)

Cette sauce se sert spécialement, ou presque, avec le saumon ou la truite. Il faut faire rissoler un peu d'oignon, carotte et échalote coupés en petits dés fins, puis ajouter une tête de saumon ou de truite crue, qu'il faut absolument se procurer, grossièrement coupée, faire encore revenir un peu avec persil, thym et laurier; puis mouiller avec un quart de bouteille de vin rouge, et faire réduire de moitié au moins. Ensuite mettre l'eau nécessaire à la quantité de sauce qu'il faut (ou du court-bouillon de saumon s'il n'est pas trop vinaigré). Cuire avec sel et poivre, un peu d'essence d'anchois ou quatre anchois dessalés et pilés ; lier la sauce d'un fort morceau de beurre manié et la brunir avec du caramel ou glace de viande. Goûter et passer, servir à part avec le poisson bouilli.

SAUCE AU GRATIN DE CHAMPIGNONS

Faire revenir au beurre 125 gr. de champignons crus finement hachés. Quand ils rissolent, y jeter une cuillerée à café d'échalotes hachées, une pincée de persil, donner un tour de feu, mouiller d'un demi-verre de vin blanc et laisser réduire de moitié; ajouter alors la cuisson des soles ou autres poissons en préparation, lier d'un peu de beurre manié de farine, une cuillerée à potage de purée de tomates, sel, poivre et verser sur le poisson mis en plat à gratin. Semer de la mie de pain en chapelure et gratiner.

Quelquefois on fait la sauce et on la verse sur le poisson cru qui cuit ainsi en gratinant, surtout sur des poissons en filets ou très plats.

SAUCE HOLLANDAISE

Procéder comme pour la sauce béarnaise, mais sans échalote ni fines herbes. Faire réduire vinaigre et poivre moulu, ajouter les jaunes, les prendre au bain-marie et monter au beurre ensuite. Il faut bien surveiller l'eau du bain-marie qui ne doit pas dépasser 60 degrés, autrement les jaunes cuiraient comme des œufs brouillés. Dès que l'on ne peut plus tenir le doigt dedans retirer le bain du feu.

SAUCE MORNAY

Faire la sauce béchamel (page 44), la lier d'un jaune d'œuf, lui ajouter le vin blanc de la cuisson du poisson poché et 50 à 60 gr. de gruyère râpé. Verser sur les filets de poisson, saupoudrer de fromage râpé et faire gratiner.

SAUCE MOUSSELINE

C'est exactement la sauce hollandaise à laquelle on mélange au tout dernier moment quelques cuillerées de crème fouettée ferme, une cuillerée par jaune d'œuf employé.

SAUCE MOUTARDE

Faire une sauce bâtarde ou une hollandaise suivant les ressources et y mêler une petite cuillerée à café de moutarde. On peut aussi employer la moutarde anglaise en poudre.

SAUCE NANTUA

Sauce béchamel avec beurre d'écrevisses dedans (voir beurres composés).

EGGS SAUCE (SAUCE AUX ŒUFS)

Faire 1/4 de litre de sauce béchamel bien crémeuse, bien relevée, y mélanger un œuf dur haché assez finement, un peu de persil haché. Se sert avec le poisson bouilli ; souvent avec la morue.

SAUCE PERSIL

Sauce béchamel bien additionnée de persil haché, et cuite quelques minutes avec ce persil. Les gros maquereaux bouillis sont souvent servis avec cette sauce ; il faut alors une forte pincée de queues de persil dans leur court-bouillon.

SAUCE SOUBISE

Faire cuire à l'eau salée 2 ou 3 oignons émincés, les égoutter, presser et ressuyer au beurre; les mélanger à 1/4 de litre de sauce béchamel assez épaisse (l'oignon la liquéfie), bien relever, la cuire dix minutes, et passer le tout au tamis fin. Assaisonner et beurrer. Se sert généralement avec poissons grillés sans fumet de poisson dedans, surtout avec des quenelles ou côtelettes de poissons.

SAUCE TOMATE

Faire revenir 100 gr. d'oignon, carotte, échalote, en parties égales; le tout en petits dés fins, puis poudrer d'une cuillerée à potage de farine, cuire un instant et ajouter soit 500 gr. de tomates fraîches écrasées, soit l'équivalent de purée conservée, un verre de bouillon ou d'eau, sel, poivre et bouquet garni, remuer jusqu'à ébullition et laisser cuire doucement une demi-heure; passer au tamis fin et beurrer, éclaircir s'il le faut avec fumet de poisson ou eau.

SAUCE VÉNITIENNE OU CHIVRY

Faire d'abord la sauce vin blanc ci-dessous, puis faire réduire en casserole un verre à madère de vinaigre à l'estragon avec de l'échalote hachée. Quand il ne reste plus que deux cuillerées à café de vinaigre le passer dans la sauce et ajouter encore une cuillerée de purée d'épinards, cerfeuil et estragon pour que la sauce soit verdie. Mettre encore un peu d'estragon et cerfeuil hachés.

SAUCE VIN BLANC FINE

Si l'on veut servir une sauce de grande classe et, pour cela, ne pas regarder à la dépense, on la fait ainsi. Faire réduire le vin blanc de cuisson du poisson ou le fumet jusqu'à ce qu'il n'en reste qu'une cuillerée à soupe environ; le mettre dans une *petite casserole*, avec une noisette de beurre et 3 jaunes d'œufs et tourner cela au fouet au bain-marie à 60 ou 70 degrés environ jusqu'à ce que les jaunes soient pochés et forment une crème épaisse; ajouter alors, peu à peu, du beurre fin jusqu'à 200 gr. environ. C'est le principe que l'on retrouvera à la sauce hollandaise, mais avec le fumet de poisson concentré, et l'on obtient la sauce la plus onctueuse qui soit : la seconde méthode est moins onéreuse.

SAUCE VIN BLANC (MÉTHODE ÉCONOMIQUE)

Faire une sauce bâtarde (page 44), la lier avec 2 jaunes au lieu d'un et la tenir un peu trop épaisse, parce qu'on ajoute toujours le vin blanc de cuisson du poisson poché ; ce vin bien réduit pour qu'il ne sente pas le vin chaud ; bien beurrer la sauce hors du feu.

SAUCES FROIDES

L'AILLOLI

Piler finement au mortier 4 gousses d'ail, assaisonner de poivre et de sel. Ajouter 1 jaune et verser goutte à goutte d'abord, puis à petit filet, tout en tournant avec le pilon, 3 décilitres d'huile d'olive, en alternant de temps en temps avec quelques gouttes de jus de citron. Terminer en incorporant une cuillerée à café d'eau tiède pour empêcher la sauce de se décomposer. C'est le type de la mayonnaise à l'ail.

L'ailloli se sert dans un ravier ou un plat en même temps qu'un assortiment aussi étoffé que possible de légumes, poissons, viandes. Exemple : de la morue, du poulpe, des bigorneaux, des escargots, des poissons blancs, des carottes, des haricots verts, des topinambours, des pommes de terre, des petits pois, des œufs durs, et parfois aussi des restes de viande froide. C'est une spécialité provençale.

GELÉE MAIGRE DE POISSON

Bien que peu employée, elle doit être mentionnée ici. Elle peut parfois servir à accompagner un poisson pendant le carême ou un jour maigre, lorsque l'on veut observer strictement les prescriptions religieuses.

Il faut faire un bouillon très chargé en poissons avec arêtes et têtes, etc. Tous ne sont pas gélatineux, — le colin l'est très peu — et il faut bien compter trois livres de poissons pour obtenir un demi-litre de gelée. Celle-ci ne tiendra pas aussi bien que celle faite avec de la viande. On est obligé alors, en la clarifiant, de mettre une feuille ou deux de gélatine.

Cette gelée maigre est généralement additionnée de vin blanc, de fines herbes, d'estragon. Elle se clarifie comme l'autre en la fouettant sur le feu avec 2 blancs d'œufs pour 1 litre et quand elle bout on la passe à la serviette. Comme elle est pâle, on peut y mettre une goutte de caramel.

SAUCE CHANTILLY FROIDE

Mayonnaise très épaisse avec jus de citron au lieu de vinaigre. Ajouter au dernier moment 3 cuillerées de crème fouettée. Se sert avec poissons froids ou avec des asperges froides ou tièdes.

SAUCE GRIBICHE

Passer 3 jaunes d'œufs durs au tamis, ajouter moutarde, sel et poivre, puis délayer le tout comme une vinaigrette avec huile et vinaigre. Mettre des fines herbes et des cornichons hachés et les blancs d'œufs durs taillés en filets fins. Se sert avec des poissons grillés ou rôtis au four.

SAUCE MAYONNAISE

Mettre 2 jaunes d'œufs dans un bol ou une terrine à fond rond ; ajouter de suite et *sans remuer* une bonne pincée de sel fin, un peu de poivre et une cuillerée à café de vinaigre. A ce moment seulement, tourner vivement avec un petit fouet en fil de fer (indispensable), et faire tomber l'huile en un tout mince filet en commençant, jusqu'à ce que la sauce commence à se lier. Alors mettre l'huile un peu plus vite jusqu'à concurrence de 3 ou 4 décilitres au maximum; il faut, en effet, cinq jaunes d'œufs pour absorber un litre d'huile.

Contrairement à une routine ménagère, il n'est pas indispensable de tourner dans le même sens ; ni d'avoir de la glace ou d'être placé dans un courant d'air ; ce qu'il faut, c'est :

1° Un fouet ;

2° De l'huile qui ne soit pas figée, mieux vaudrait qu'elle fût chaude ;

3° Verser l'huile presque goutte à goutte au début et très vite quand la sauce commence à prendre ;

4° Ne pas trop dépasser la dose d'huile pour ne pas sursaturer les jaunes au delà de leur faculté d'absorption.

REMARQUE. — Si, toutefois, on fait décomposer la sauce, point n'est besoin d'user de nouveaux jaunes d'œufs; il suffit de mettre dans une autre terrine une cuillerée d'eau bouillante et de reprendre la sauce goutte à goutte sur cette eau, toujours au fouet.

SAUCE RAVIGOTE OU VINAIGRETTE

Délayer en terrine 2 décilitres d'huile avec un demi-décilitre de vinaigre, sel, poivre, fines herbes hachées, une cuillerée à potage d'oignons hachés fin ; bien remuer le tout avant de servir pour que le vinaigre, plus lourd que l'huile, ne reste pas au fond.

Sert pour la tête de veau et poissons froids.

SAUCE RÉMOULADE

Mayonnaise moutardée. On ajoutera par 1/4 de litre de sauce 2 cuillerées à potage de câpres, cornichons et fines herbes, le tout haché très finement et bien pressé dans un linge pour en extraire le liquide qui ramollirait la sauce.

SAUCE TARTARE

Même procédé que pour la rémoulade. Mais faire la mayonnaise avec 2 jaunes d'œufs durs et 2 jaunes crus. Mêmes fines herbes et ingrédients que pour la rémoulade.

SAUCE VERTE

Ajouter à la mayonnaise très serrée une purée de fines herbes obtenue en faisant blanchir à l'eau salée un mélange de cerfeuil, d'estragon, d'épinards et de cresson passés au tamis très fin.

LES BEURRES COMPOSÉS

BEURRE D'ANCHOIS

Piler 4 anchois dessalés et mélanger avec 100 gr. de beurre. Passer au tamis fin.

BEURRE COLBERT

C'est en somme un beurre maître-d'hôtel. Il suffit de mélanger dans 100 grammes de beurre fin un peu mou, une cuillerée à soupe de glace de viande fondue mais froide, puis du persil et de l'estragon hachés, jus de citron, sel et poivre. Le mélange se fait dans une assiette, de façon que le beurre ne soit pas fondu, mais reste en pommade. On le sert avec les grillades et les poissons à la Colbert. La glace de viande peut être remplacée par un extrait de viande que l'on trouve dans le commerce.

BEURRE DE CREVETTES

Remplacer les anchois par 60 gr. de crevettes roses ou grises ou simplement des épluchures.

BEURRE D'ÉCREVISSES

Même procédé avec les caparaces d'une douzaine d'écrevisses, la sauce prend le nom de sauce Nantua ou nantuatienne.

On peut obtenir ce beurre beaucoup plus colorant en le faisant cuire longuement au bain-marie après pilage au lieu de le passer au tamis. Quand il est devenu bien clair on le passe au travers d'une passoire fine au-dessus d'eau glacée; de sorte que le beurre se fige sur l'eau, les impuretés tombent au fond; il n'y a qu'à éponger ce beurre et le mettre dans la sauce.

On obtient aussi une sauce cardinal plus rouge en passant au tamis très fin des œufs crus de homard (pas de langouste) et le liquide verdâtre obtenu devient rouge écarlate dans la sauce chaude.

BEURRE POUR LES ESCARGOTS

250 gr. de beurre, 2 gousses d'ail écrasées, du persil haché, 50 gr. de mie de pain rassis émiettée finement, du sel, du poivre et bien mélanger le tout. Le pain peut être supprimé, il ne joue ici qu'un rôle économique.

BEURRE D'ESTRAGON

Piler une forte quantité de feuilles d'estragon préalablement blanchies (une minute à l'eau bouillante), égoutter, presser et mélanger avec du beurre ramolli. Passer au tamis très fin.

BEURRE DE HOMARD

Piler finement de la carapace de homard bien rouge avec 100 gr. de beurre, puis passer au tamis très fin et mettre ce beurre qui est devenu rouge dans la sauce béchamel qui prend le nom de sauce cardinal.

BEURRE MANIÉ

Pétrir à froid un morceau de beurre avec de la farine, poids pour poids, pour lier et épaissir une sauce.

BEURRE MAITRE-D'HÔTEL

Malaxer 100 gr. de beurre ramolli avec le jus d'un demi-citron, sel, poivre et persil haché.

BEURRE DE MONTPELLIER

Faire blanchir une poignée de cresson, épinards et fines herbes assorties, ainsi que 2 échalotes hachées. Les égoutter, rafraîchir,

presser et piler en ajoutant 2 cornichons, une cuillerée de câpres et 4 filets d'anchois. Faire une purée, ajouter 2 jaunes d'œufs durs, 2 jaunes d'œufs crus et 200 gr. de beurre fin. Incorporer peu à peu 1 décil. d'huile et passer le tout au tamis fin. Bien relever l'assaisonnement et réserver au frais; sert à décorer les poissons froids, mais n'est plus beaucoup employé sauf en grande cuisine.

BEURRE DE MOUTARDE

Mélanger 1 cuillerée à soupe de moutarde avec du sel et du poivre moulu dans 125 gr. de beurre ramolli.

FARCES DE POISSON POUR QUENELLES, PAINS, MOUSSES, PATÉS, TIMBALES

Sans entrer dans les arcanes de la haute cuisine, il est nécessaire d'indiquer les quelques farces qu'il faut connaître soit pour farcir certains poissons (voir fig. 57 et 58, page 31), soit pour faire des quenelles ou des pâtés de poisson. Nous devons donc y consacrer une petite documentation que voici.

La farce est une sorte de purée de poisson, alliée avec une panade qui lui donne la consistance nécessaire, et des œufs, de la crème, etc. Il faut en général un mortier pour le pilage (1).

FARCE MOUSSELINE

Cette farce est plus fine que celle à la panade, elle sert surtout pour farcir les poissons, pour faire les mousselines, les zéphirs et peut également servir pour les quenelles. Elle est seulement composée de chair de poisson, de blanc d'œuf et de crème. Piler par exemple 250 gr. de chair crue de poisson, brochet, merlan, colin, saumon ou autre et même crustacé. Saler, poivrer, épicer, puis mouiller avec un blanc d'œuf nature; passer au tamis fin et relever cette purée dans une petite casserole que l'on enterre dans un peu de glace pilée (indispensable); avec une spatule, travailler énergiquement le poisson tout en lui incor-

(1) A défaut de mortier, on peut quelquefois se contenter de passer la chair du poisson au tamis mais il faut bien la travailler à la spatule ensuite pour lui donner du corps.

porant peu à peu, pas trop vite, 250 gr. de crème épaisse bien fraîche par cuillerée à café à la fois. Essayer ensuite la farce comme il est dit plus haut, et la modifier s'il le faut par un peu de crème si elle est trop dure ou de blanc si elle ne tient pas assez.

FARCE A PATÉS DE POISSON

Pour un pâté de huit personnes, piler 125 gr. de chair crue de poisson, soit colin, brochet ou saumon, bien épluchée. Ajouter un œuf entier, puis 100 gr. de panade aux œufs; passer au tamis de fer. Cette farce sert beaucoup pendant le carême pour faire les pâtés de saumon et diverses entrées chaudes ou froides.

FARCE POUR MOUSSE

Même procédé que ci-dessus mais avec du poisson cuit; il faut donc un peu moins d'assaisonnement et un œuf de plus puisque la chaire cuite a moins de consistance.

FARCE POUR PAINS DE POISSON

Piler 250 gr. de chair de poisson quelconque, assaisonner de sel, poivre, épices, muscade et y mélanger 2 décilitres de sauce béchamel épaisse et bien froide, puis 2 œufs entiers ou 4 jaunes. Passer au tamis et cuire en moule beurré au bain-marie 25 à 30 minutes. Servir chaud avec sauce à poisson.

FARCE A QUENELLES DE POISSON

Piler 150 gr. de chair de poisson, soit du brochet qui est le type qui convient le mieux, soit merlan, colin, voire même saumon. Quand le poisson est en purée, l'assaisonner avec sel, poivre et épices. Puis y mélanger 75 gr. de panade au lait et 60 gr. de beurre. Quand tout est bien mélangé, ajouter un œuf entier et un jaune d'œuf, une cuillerée à potage de crème épaisse et passer cette farce au tamis de fer. Bien la travailler à la spatule et en faire pocher un petit morceau dans de l'eau bouillante pour s'assurer de sa consistance. Si toutefois elle ne se tenait pas, que la farce s'écrase en appuyant dessus, on remettrait un jaune ou un œuf. La tenir au frais jusqu'à l'emploi.

FARCE ZÉPHIR

A la farce ci-dessus ajouter en dernier lieu 100 gr. de crème fouettée très ferme et la tenir un peu plus relevée, cette crème l'affadissant.

PANADE AU LAIT

Faire bouillir une tasse à thé de lait avec une noix de beurre, sel, poivre et muscade râpée ; puis délayer dedans à la spatule 100 gr. de farine; pâte qui doit être épaisse et que l'on dessèche sur le feu quelques minutes. L'étaler sur une assiette avec un papier beurré dessus pour éviter une croûte.

PANADE AUX ŒUFS

Délayer à la cuiller, dans une casserole, 100 gr. de farine, un œuf, du sel, poivre, muscade, 2 décilitres de lait, une noix de beurre. Cuire un instant en remuant et faire refroidir comme ci-dessus.

Cette panade est surtout réservée pour les quenelles lyonnaises et les pâtés de poisson.

HORS-D'ŒUVRE DE POISSONS

HORS-D'ŒUVRE FROIDS

Parmi la grande quantité de hors-d'œuvre que l'on a l'habitude de servir, il en est de nombreux constitués par le poisson où dans lesquels le poisson est associé. Ce sera souvent une manière économique et agréable d'utiliser un petit reste de la veille en y ajoutant soit des œufs, des légumes ou des salades. Ce chapitre va vous documenter sur l'ensemble des hors-d'œuvre de poisson.

Les plus réputés et les plus simples sont :

LES ANCHOIS

Les anchois se trouvent dans le commerce soit au sel, soit en flacons ou en boîtes, à l'huile, tout préparés. Lorsqu'ils sont au sel, on les fait tremper une nuit à l'eau froide, puis on les essuie, on détache les filets et on les marine à l'huile.

On peut les dresser de diverses façons que voici :

ANCHOIS EN ANNEAUX

Garnir le fond d'un ravier de minces rondelles d'œufs durs, puis façonner des anneaux en roulant chaque filet autour de l'index et les déposer sur les œufs, remplir le creux de ces anneaux, soit d'une petite rosace de beurre frais, soit d'une olive dénoyautée, soit de câpres. Arroser d'huile.

ANCHOIS CÔTE D'AZUR

Dresser les filets d'anchois sur une fine salade de pommes de terre, en les tournant en anneaux avec une petite olive noire dénoyautée au centre, puis border le ravier avec de l'œuf dur haché blanc et jaune, arroser d'huile ces œufs et y semer un peu de fines herbes.

ANCHOIS NIMOISE

Disposer les filets en quadrillage dans le ravier, les parsemer de jaune d'œuf dur haché, arroser d'huile et border le ravier de betterave en demi-lunes très minces.

ANCHOIS DE NORVÈGE

Ces anchois, dits : kilkis, se vendent tout prêts en petits barils et marinés; très fortement poivrés ils ne plaisent pas à tout le monde. Il faut du beurre avec.

BARQUETTES DE THON

Écraser 80 grammes de thon à l'huile avec 40 gr. de beurre et 2 cuillerées d'huile d'olive; bien assaisonner et travailler cette crème de thon, puis s'en servir pour garnir en dôme des petites barquettes en pâte brisée fines, cuites d'avance et bien froides, ou des blancs d'œufs durs partagés en longueur et vidés de leur jaune.

Sur le dessus de chacune, placer une mince lanière de filet d'anchois à l'huile partageant la crème de thon dans le sens de la longueur et une câpre de chaque côté.

LES BIGORNEAUX

Se cuisent comme les moules, deux ou trois bouillons, et se servent tels quels.

CANAPÉS AUX ANCHOIS

Tailler, dans un pain de mie de la veille, des tranches rectangulaires de 4 cm. de largeur sur 6 à 7 de longueur et 1 cm. d'épaisseur. C'est le format habituel de ce qu'on appelle des canapés. Les faire frire à l'huile d'olive brûlante pour bien les dorer et griller tout en conservant l'intérieur moelleux. Étaler une couche de beurre d'anchois sur les canapés refroidis, puis faire adhérer au bord de chacun du blanc d'œuf dur haché, d'un côté, du jaune d'œuf dur haché de l'autre et du persil aux deux extrémités. Sur le milieu qui reste nettement tartiné de beurre d'anchois, disposer en X deux petits filets d'anchois à l'huile.

CANAPÉS DE CAVIAR A LA RUSSE

Canapés ronds sans être grillés ni frits; les tartiner de bon beurre frais légèrement salé et étaler du caviar légèrement détendu avec du

jus de citron, poser 1/4 de lame de citron pelé sur chacun. De préférence utiliser du pain de seigle.

CANAPÉS JOINVILLE

Avec du beurre de crevettes, tartiner des canapés ronds, frits au beurre et non à l'huile; on roule le tout dans du jaune d'œuf dur haché. Six queues de crevettes placées en rosace avec une très petite coquille de beurre au centre.

CANAPÉS A L'OSTENDAISE

Frire au beurre des canapés ronds. Les tartiner de beurre moutardé et de sel fin. Placer au milieu de chacun une belle huître pochée, refroidie et trempée dans une sauce mayonnaise moutardée; jaunes d'œufs durs hachés autour.

CANAPÉS DE SARDINES

Procéder comme pour les canapés aux anchois, en remplaçant ceux-ci par des filets de sardines et le beurre d'anchois par du beurre de sardine. Poser au centre une mince rondelle de citron pelé.

LES CLOVISSES ET COQUILLAGES

Se gobent comme les huîtres, mais il est bon de s'assurer qu'elles ne contiennent pas de sable, sinon on les rince. A Marseille, on sert en hors-d'œuvre de très grosses moules qui se mangent crues comme les huîtres. Il y a diverses sortes de coquillages comestibles propres à certains rivages et aussi à certaines saisons.

LES CLOVISSES EN MAYONNAISE

Ici il faut les faire ouvrir sur le feu, les sortir de la coquille et les laver, puis étant bien égouttées et épongées on lie ces chairs avec un peu de mayonnaise très relevée au paprika et un peu clairette.

ÉPERLANS ET ÉQUILLES MARINÉS

Les fariner et cuire à l'huile brûlante, dans un plat à feu. Verser dessus un court-bouillon de vin blanc, vinaigre, échalotes émincées, sel et poivre et un peu de moutarde ; donner un bouillon aux poissons avec cette marinade, et faire refroidir pour servir.

FILETS DE HARENGS LUCAS

Les dresser sur une salade de pommes de terre bien persillée et additionnée d'un peu de vin blanc, border le ravier de rondelles minces d'œufs durs.

FILETS DE HARENGS MARINÉS

Partager en filets longs et étroits les filets de harengs saurs, les assaisonner d'huile et de vinaigre, semer dessus quelques rouelles d'oignons minces, une feuille de laurier et les laisser ainsi 24 heures, puis les servir avec beurre frais.

FILETS DE HARENGS A LA RUSSE

Cette recette paraîtra bizarre a qui n'en a jamais mangé, cependant c'est un délice.

Il faut couper en petits dés 3 ou 4 pommes de rainette bien dures, mêlées d'un peu d'oignon haché, les mettre en ravier, les filets de harengs dessus ; arroser d'un filet de vin blanc, d'un soupçon d'huile et placer quelques anneaux d'oignons dessus.

HARENGS FRAIS MARINÉS

Petits harengs bien frais, nettoyés et rangés dans un plat creux ; verser dessus une marinade cuite composée de 2 décilitres de vin blanc, un verre à madère de vinaigre, quelques rouelles minces de carotte, d'oignon, d'échalote, quelques grains de poivre et persil, thym et laurier.

Verser la marinade bouillante dessus, et laisser pocher une dizaine de minutes, sans ébullition. Laisser refroidir et servir tel quel.

Les petits maquereaux de Dieppe se font absolument de la même manière.

LES HUITRES

Depuis les populaires Portugaises, jusqu'aux plus fines Marennes, il y a de nombreuses espèces : les Belons, les Ostende, les Anglaises, les Cancale, les Courseulles, et d'autres moins connues.

Comme elles doivent être mangées bien froides, il est d'usage de les dresser sur un lit de glace pilée très finement et cela au dernier moment. (Voir fig. 77, page 36, la manière de les ouvrir.)

On passe en même temps des quartiers de citron, une saucière de vinaigre avec échalotes hachées et poivre moulu, et si possible de minces tartines de pain de seigle bien beurrées.

MOULES A LA FÉCAMPOISE

Cuire de grosses moules; les retirer de la coquille, les ébarber, c'est-à-dire retirer la membrane dure qui les entoure. Apprêter une salade de céleri-rave à l'huile et au vinaigre additionnée de fines herbes; dresser celle-ci en ravier, la couvrir avec les moules, et arroser d'une légère mayonnaise moutardée et éclaircie avec la cuisson très réduite des moules. Très peu saler. Fines herbes hachées sur le tout.

MOULES A LA FRANCILLON

Faire cuire au vin blanc 2 litres de moules, nettoyées; les sortir de leurs coquilles, les laisser refroidir et faire réduire à fond la cuisson; préparer une sauce mayonnaise très peu salée, moutardée et assez ferme, mélanger la cuisson des moules réduite à l'état de sirop et lier avec cette sauce.

Les dresser en ravier avec une couronne de lames de pommes de terre.

MOULES A LA JAPONAISE

Faire cuire 60 gr. de riz à la créole (voir page 208), cuire également des moules comme ci-dessus, les décortiquer, passer la cuisson au linge et la faire réduire avec une forte pincée de currie, à la valeur d'une demi-tasse, que l'on mélange avec quelques cuillerées de mayonnaise quand elle est froide. Lier tout ensemble riz, moules et sauce, jus de citron et dresser au ravier.

LES OURSINS

Ce curieux animal doit s'ouvrir avec des ciseaux (voir fig. 78, 79 et 80, page 36), en enlevant le dessus; on les mange à la cuiller ou en trempant dedans des baguettes de pain beurrées.

PETITS ROUGETS-BARBETS A L'ORIENTALE

Prendre de très petits rougets, les nettoyer, laver, éponger et fariner puis les faire pocher avec vin blanc et tomates concassées, persil haché, ail, safran. Pour les cuire je suis partisan de les passer d'abord à la poêle à l'huile brûlante et les finir de pocher ensuite; ils auront meilleur goût. Quand ils sont cuits, les égoutter, réduire la cuisson et la verser dessus en disposant la tomate autour. Servir glacés.

RAVIER DE LANGOUSTE A LA PARISIENNE

Couper finement une poignée de feuilles de laitue, les saler un peu et mettre dans un ravier; par dessus garnir de débris de langouste ou homard de desserte, napper de mayonnaise tenue relevée et bien ferme. Décorer le dessus avec rondelles d'œufs durs ou de tomates. Tous les restes de poissons peuvent se présenter ainsi, surtout quand il y en a peu.

MÊMES RAVIERS A LA RUSSE

On remplace ici la laitue ciselée par une salade macédoine de légumes liée à la mayonnaise, le dressage est le même.

LES ROLL MOPS

Mieux vaut les acheter tout prêts que passer son temps à les faire au risque de les rater. Il est mieux de les servir avec des œufs durs et un peu de salade de pommes de terre autour.

SALADE DE POISSON

Éplucher un reste de poisson cuit quel qu'il soit pour n'y laisser ni peaux ni arêtes, et l'assaisonner en vinaigrette; soit en l'additionnant de pommes de terre, soit en le dressant sur un lit de feuilles de laitues émincées ou de tomates en lames, enfin suivant la quantité de poisson, on lui adjoint tel ou tel légume. On peut aussi le dresser en dôme, le napper de mayonnaise et le décorer d'œufs, de filets d'anchois, de câpres, fines herbes, etc.

On présente aussi comme hors-d'œuvre des canapés, c'est-à-dire des lames de pain grillées ou non, tartinées d'un beurre aromatisé et garnies avec du poisson.

LES SARDINES (CONSERVE)

Ce sont des sardines à l'huile en boîte que bien souvent on se contente de présenter telles quelles, soit dans la boîte, soit versées sur un ravier. Mais on peut présenter de plus gracieuse façon ces sardines en les dressant en éventail sur un petit plat long; puis on les encadre avec du blanc d'œuf dur, du jaune et du persil, hachés chacun séparément et disposés avec goût. Quelques minces demi-lames de

citron pour border le plat et ce hors-d'œuvre banal prend une allure de plat de luxe.

LES SARDINES A LA ROVIGO

Ce sont des sardines dressées sur une sauce tomate froide très relevée.

On en vend dans le commerce de toutes prêtes en boîte à la tomate ; très bon ce mélange !

LE SAUMON FUMÉ

Se vend coupé en lamelles aussi minces que possible, on les tourne dans les doigts pour en former des cornets et on les place en rosace sur un petit plat rond, avec, au centre, soit un petit quartier d'œuf dur, soit une coquille de beurre, soit une pincée de persil bien vert.

En tout cas il faut servir du beurre frais avec.

LES SPRATTS

Ne sont autres que des sardines fumées que l'on ébouillante pour ôter la peau. Les mariner au vin blanc deux heures et les servir avec du beurre frais.

THON A LA MIRABEAU

Écraser du thon à l'huile avec le tiers de son poids de beurre; ajouter un peu de mayonnaise et l'assaisonnement nécessaire. Disposer cette purée qui doit être moelleuse dans un ravier avec des olives dénoyautées et farcies de purée de tomate réduite et très relevée. Entourer de lames de tomates.

TOMATES A L'ANTIBOISE

Choisir des tomates comme des grosses noix, bien fermes et mûres. Les vider par une petite ouverture et les assaisonner de sel, poivre et vinaigre, 1 heure d'avance. Les laisser dégorger retournées. Écraser avec une fourchette un peu de thon à l'huile en y mélangeant un bon morceau de beurre fin, du sel, du poivre et du jus de citron, puis 1 ou 2 cuillerées de mayonnaise. La purée doit être très crémeuse, et relevée. En remplir les tomates et dresser sur un ravier garni de persil.

TOMATES A LA BEAULIEU

Même préparation que ci-dessus, recouvrir la crème de thon avec, par moitié, blancs et jaunes d'œufs hachés, une olive noire au centre.

TOMATES A LA HOLLANDAISE

Hacher une tranche de saumon fumé, la mélanger à un peu de mayonnaise très épaisse et relevée; remplir des tomates avec cette crème de saumon, décorer le dessus avec des petits motifs de blancs d'œufs durs, dresser en ravier et entourer de persil frisé.

TOMATES MONSEIGNEUR

Choisir des petites tomates de la grosseur d'œufs de poule, mais bien fermes, les creuser et réserver le dessus de la partie retirée; les garnir d'une cuillerée de mayonnaise épaisse très relevée mais pas trop salée, et mélangée de queues de crevettes bien décortiquées; remettre le petit couvercle de la tomate et dresser en ravier sur persil frisé. Piquer *une crevette rouge* dessus.

HORS-D'ŒUVRE CHAUDS OU PETITES ENTRÉES

Les hors-d'œuvre qui précèdent appartiennent à la catégorie la plus répandue : celle des hors-d'œuvre froids; mais il y a toute une série de petits plats chauds qui constituent en réalité des petites entrées, mais que nous considérons aussi comme des hors-d'œuvre, parce qu'ils se servent au début du repas et principalement du déjeuner.

Dans cette série se trouvent les bouchées feuilletées, les croustades, les brochettes, les beignets, croquettes, etc., etc., et toutes ces petites entrées pourraient pour la plupart se classer dans l'art d'utiliser les restes, car c'est bien souvent, en effet, une excellente manière de les accommoder, comme vous le constaterez pour nombre des recettes ci-après.

ALLUMETTES AUX ANCHOIS

Étendre assez mince une bande de pâte feuilletée de 8 à 10 centimètres de largeur; prendre des filets d'anchois à l'huile et les mélanger avec un ou deux œufs durs hachés et persil haché, ainsi qu'un filet d'huile d'olive. Bien les rouler dedans, puis placer un de ces filets sur le bord de la pâte et l'envelopper en lui faisant faire un tour complet; couper la pâte au ras et relever ces allumettes sur une tôle, dorer le dessus et les cuire douze minutes à four chaud. Servir chaud.

ALLUMETTES AUX SARDINES

Même procédé avec des demi-sardines, mais bien les arroser de citron.

ANGES A CHEVAL

Cuire de grosses huîtres, les égoutter et éponger, puis les envelopper chacune dans une très mince lamelle de lard anglais (bacon). Les embrocher chacune sur une petite brochette et les poser sur gril bien vif. Les dresser alors en les débrochant sur des petits canapés de pain frits, les poudrer d'un soupçon de cayenne et semer dessus une pincée de mie de pain frite.

BARQUETTES JOINVILLE

Avec la même pâte brisée ou feuilletée faire des petites croûtes, mais dans des moules à barquettes, et les garnir, après cuisson, d'un salpicon de crevettes lié d'une sauce crevette.

BARQUETTES DE LAITANCE A LA DIPLOMATE

Faire pocher au vin blanc des laitances de carpes (ou autres poissons), les escaloper et les lier avec une sauce Nantua (au beurre d'écrevisses), ajouter des queues d'écrevisses et garnir les barquettes avec.

On peut garnir les barquettes de toutes sortes de garniture comme les bouchées dont elles constituent une simplification.

BEIGNETS DE POISSON

Hacher un reste de poisson cuit, la morue convient très bien; et y mélanger la même quantité, à peu près, de purée de pommes de terre bien sèche, un œuf entier pour 500 gr. de mélange, un peu d'oignon haché cuit au beurre, et avec cette composition façonner des petites boulettes un peu aplaties que l'on fait frire à la poêle et que l'on sert soit avec du beurre fondu, soit avec une petite sauce crème légère. Les Anglais appellent cela des fish-ball et en sont très friands.

BOUCHÉES AUX CREVETTES OU JOINVILLE

Bouchées rondes ou ovales garnies de queues de crevettes mêlées d'un peu de champignons destinés à faire disparaître un peu de la

salaison des crevettes. Lier la garniture d'une sauce crevettes bien beurrée et relever au cayenne.

LES BOUCHÉES FEUILLETÉES

Le cadre de cet ouvrage ne nous permet pas d'y faire figurer la recette de la pâte feuilletée. Nous ne pouvons qu'en indiquer l'emploi. Elle sert à faire des bouchées, des petits pâtés, des allumettes, des croustades, des rissoles ou dartois. Les bouchées se découpent dans de la pâte feuilletée à six tours avec des emporte-pièces ronds ou ovales à son gré.

BOUCHÉES AUX HUITRES

Se font généralement de forme ovale. On les garnit avec des huîtres pochées dans leur eau, mélangées de champignons et liées de béchamel sans sel, et bien poivrée.

BOUCHÉES A LA NANTUATIENNE

Forme ovale, garniture de queues d'écrevisses, champignons et truffes, liée à la sauce au beurre d'écrevisses.

BOUCHÉES QUATRE-TEMPS

Forme ovale; comme garniture, reste de poissons, champignons et moules, crevettes, le tout lié d'une sauce maigre, soit béchamel, soit crevettes, etc...

COQUILLES DE CREVETTES OU DE MOULES A L'INDIENNE

Faire cuire du riz à la créole (voir p. 208). Éplucher des crevettes, ou décortiquer des moules cuites, faire une sauce au currie (voir sauces) pour lier les crevettes ou les moules, mettre une cuillerée de ce ragoût dans des coquilles Saint-Jacques et les entourer d'une bordure de riz créole.

COQUILLES DIVERSES

On peut garnir de poissons ou mollusques des coquilles Saint-Jacques, avec des sauces de poisson appropriées, en y associant riz, pâtes ou pommes de terre.

CRÈME DE SAUMON A LA BALTIMORE

Écraser un petit reste de saumon cuit ou truite saumonée, avec du beurre, sel et poivre, assez relevé; puis bien battre cette purée en y

mêlant un peu de crème fraîche. Relever la couleur de quelques gouttes de carmin, dresser en ravier et la border d'une fine salade de concombre.

CROUSTADES EN POMMES D'OR

Faire cuire une livre de pommes de terre en purée puis les égoutter, les passer au tamis et dessécher cette purée sur le feu avec un peu de beurre; la retirer ensuite et la lier avec deux jaunes d'œufs, l'assaisonner de bon goût et la faire refroidir, puis diviser cette pomme de terre en morceaux que l'on roule en boule sur la table farinée en leur donnant la forme et la grosseur d'une belle mandarine, les paner à l'anglaise (1) et faire sur le dessus une incision ronde formant couvercle. Les frire dans une friture brûlante, puis détacher le couvercle et très délicatement vider l'intérieur en laissant une petite épaisseur suffisante pour assurer la solidité. Ces croustades se garnissent d'un ragoût de poisson quelconque, filets de soles, moules, crevettes, champignons, etc., toujours lié d'une sauce de poisson.

CROUSTADES CARDINALES

Mêmes croustades garnies avec un mélange de queues de langoustines cuites, lié d'une sauce béchamel dans laquelle on aura ajouté un beurre rouge et quelques gouttes de carmin. On peut ainsi utiliser un reste de homard ou langouste, mais aussi d'autres crustacés.

DARTOIS DE POISSON

Faire deux bandes de pâte feuilletée de mêmes dimensions, soit 10 cm. de largeur sur 20 de longueur, en mettre une sur tôle et garnir le milieu avec une farce de poisson soit merlan, brochet, saumon, ou un hachis de poissons de desserte lié d'une sauce et froid. Mouiller le tour et recouvrir avec l'autre bande de pâte bien soudée autour sur la première, régulariser le tour avec le couteau, dorer et cuire à four chaud de vingt à vingt-cinq minutes; servir chaud.

FRIANDS OCÉAN

Faire un peu de farce de poisson avec merlan ou colin, et mélangez dedans, quelques queues de crevettes, deux ou trois huîtres cuites coupées en quatre (ou moules) et procéder de la même façon que pour faire des allumettes en remplaçant anchois ou sardines par cette farce crue.

(1) Rouler dans de la farine, tremper dans œuf et huile par moitié, assaisonnés et battus, puis enrober dans de la chapelure blanche.

LES HUITRES GRILLÉES

Il est bon de les faire pocher légèrement, puis les éponger, les paner ou simplement les tremper au beurre et les griller à feu vif, bien poudrées de poivre de paprika.

LANGOUSTE OU HOMARD

Émincer quelques feuilles de laitue, les saler et mettre dans un ravier. Disposer dessus un reste de crustacé émincé, recouvrir d'une épaisse mayonnaise et décorer le dessus avec des rondelles ou des quartiers d'œufs durs, quelques quartiers de cœur de laitue et quelques câpres.

La conserve peut se traiter ainsi.

LOTTE EN MÉLI-MÉLO

Nous disons lotte parce que ce poisson a une chair assez ferme, mais tout autre peut convenir puisqu'il s'agit de passer un reste de la veille. Couper le poisson en petites lamelles, y mêler : cornichons, olives, champignons crus, pommes de terre et betterave, le tout coupé en dés, assaisonner en vinaigrette bien relevée, dresser en ravier et décorer de lames d'œufs durs.

PANURE A L'ANGLAISE

Il est souvent question de poissons panés à l'anglaise. En voici la définition :

Il s'agit d'œuf et d'huile battus ensemble, y tremper le poisson à paner après l'avoir fariné, puis le retirer, le passer dans les mains pour répartir le mélange et le rouler dans la mie de pain pulvérisée.

Lorsqu'il s'agit de paner à l'anglaise des poissons : merlans, soles, etc., il faut auparavant passer le poisson au lait salé et le rouler dans la farine avant de le passer à l'œuf et à la chapelure.

PETITS PATÉS CHAUDS

Il faut apprêter soit une petite farce de poisson, soit un hachis de poisson cuit; puis découper sur de la pâte feuilletée moitié plus mince que pour les bouchées des rondelles de mêmes dimensions; il en faut deux pour chaque pâté. Mouiller légèrement le tour de la moitié des rondelles, garnir le milieu d'une boulette de farce ou de hachis

Congre à la cocotte →

et recouvrir avec une autre rondelle, bien souder le tour en appuyant, dorer et cuire à four chaud douze minutes, servir brûlant.

LES RISSOLES

Avec un reste de poisson mêlé d'un peu de champignons cuits et hachés, d'une cuillerée de sauce et d'une pincée de queues de crevettes, garnir le milieu de larges rondelles de pâte feuilletée. Mouiller le tour et reployer la pâte sur elle-même comme un chausson; bien souder en appuyant sur le bord et faire frire 6 à 7 minutes à friture brûlante.

TARTELETTES NEPTUNE

Avec une pâte brisée ou des déchets de pâte feuilletée, faire des petites croûtes dans des moules à tartelettes, les cuire à four bien chaud et les garnir d'un petit ragoût de moules, crevettes, poisson cuit, additionné de champignons pour atténuer la salaison des moules et crevettes, et lié d'une sauce béchamel ou crevettes (Nantua), etc.

TIMBALES RÉGINA

Beurrer des petits moules à baba, mettre une rondelle de truffe au fond et y appliquer au fond et autour une petite couche de farce de poisson à la panade (voir farces) d'un fort demi-centimètre d'épaisseur. On l'y étale avec le doigt mouillé, puis remplir le vide avec un ragoût de crevettes, saumon cuit, moules, champignons, lié d'une sauce hollandaise et refroidi. Couvrir d'une pellicule de farce, cuire au bain-marie dix minutes, démouler et entourer d'une légère sauce crevettes.

SOUPES AUX POISSONS

C'est surtout dans le Midi que l'on a la spécialité de ces soupes vraiment très bonnes, sans parler de la bouillabaisse que les gourmets connaissent.

AÏGO-SAOU (DU PROVENÇAL : EAU SALÉE)

Prendre un kilo de poissons blancs, tels que petites daurades, loups, merlans, lices ; les couper et mettre en casserole avec cinq ou six pommes de terre coupées, un oignon et deux tomates émincées, deux gousses d'ail, fenouil, laurier, queues de persil, céleri et un morceau d'écorce d'orange séchée. Saler, poivrer, arroser d'huile d'olive, mouiller d'eau bouillante et cuire rapidement trente minutes environ. Servir le bouillon sur des tranches de pain et le poisson à part.

On fait de même des soupes aux crabes, aux moules, aux huîtres, etc., et elles se condimentent, dans le Midi, tout au moins, avec du safran.

Et voici la fameuse et réputée :

BISQUE D'ÉCREVISSES

Couper en petits dés un oignon, une carotte, une échalote, un peu de queue de persil et faire revenir un peu au beurre, puis jeter dedans 20 écrevisses, vivantes, lavées et débarrassées de leur boyau intestinal, les sauter en plein feu et quand elles deviennent rouges, les flamber de deux cuillerées à potage de cognac et les mouiller d'un verre de vin blanc, saler, poivrer, ajouter thym et laurier (très peu), couvrir et cuire dix minutes. Il faut au moins deux écrevisses par personne, trois seraient mieux. Les débarrasser et pendant qu'elles refroidissent, faire une crème de riz en délayant 60 gr. de beurre avec 40 gr. de crème de riz de première qualité, mouiller ensuite avec 1 litre de bouillon

pour faire un velouté un peu crémeux, y ajouter la cuisson des écrevisses, légumes compris, puis laisser cuire pendant que l'on épluche les écrevisses, garder la chair des queues et piler toutes les carapaces ; ajouter cette purée au potage, cuire doucement cinq minutes, passer au tamis le plus fin, remettre au feu avec un complément de liquide si c'est trop épais. Relever l'assaisonnement au cayenne, beurrer le potage et le garnir avec les queues coupées en dés.

BISQUE DE LANGOUSTINES

Même procédé exactement mais prix de revient plus économique.

BOUILLABAISSE

Il faut un petit mélange de poissons à chair ferme, par exemple 2 kilos en tout de rascasses, rougets, langouste, grondins, vives, anguilles de mer, lotte, maquereaux, et un ou deux merlans, car il faut un poisson tendre qui, en s'écrasant à la cuisson forme la liaison de la sauce.

Nettoyer et couper tous ces poissons en morceaux et les laver. Faire blondir avec de l'huile deux blancs de poireaux et un gros oignon très finement émincés, puis ajouter deux gousses d'ail hachées et 500 gr. de tomates pelées et hachées ou l'équivalent de purée en conserve, mouiller largement avec de l'eau et jeter le poisson dans cette cuisson, assaisonner de sel, poivre, persil haché et 2 gr. de safran, arroser le dessus d'une demi-tasse d'huile fine et cuire vingt minutes à grands bouillons. Verser la cuisson sur des tranches de pain, un peu grillées.

BOUILLINADE DU ROUSSILLON

Réunir dans une « ouille », marmite en terre, quatre cuillerées à potage d'huile, autant de saindoux ranci, deux gros oignons d'Espagne, une tête d'ail, une cuillerée de persil concassé et un piment doux, un demi-kilo de pommes de terre farineuses, 1 kilo de poissons en mélange : grondin, baudroie, Saint-Pierre, rascasses, loup ou bar, moules et crabes mous. Couvrir d'eau à hauteur, saler : 10 grammes au litre. Cuire à gros bouillons une demi-heure.

Après cuisson lier le bouillon avec les foies de baudroie pilés au mortier avec une demi-douzaine de caïeux d'ail et mélangés à deux jaunes d'œufs et deux cuillerées à potage d'huile d'olive.

Servir soupe et poisson séparément.

Les pommes de terre, écrasées par l'ébullition violente et en raison de leur nature forme un agent de liaison apprécié dans cette soupe.

BOUILLON DE POISSON

Les populations qui ne voisinent pas avec les rives maritimes, connaissent assez peu la succulence et les qualités nutritives des soupes et du bouillon de poisson.

Dans cet ouvrage consacré à l'utilisation culinaire, c'est-à-dire, alimentaire des poissons, il est nécessaire de faire figurer le bouillon de poisson qui peut être la base d'une foule d'excellents potages.

Éléments par litre de bouillon :

Poissons de mer, en mélange ou seul : têtes de turbot et arêtes, arêtes de soles et de barbue, colin, congre, lotte, merlans, etc... généralement les poissons à chair blanche. Poissons de rivière : le brochet surtout, 1 kilo. Plantes aromatiques : 100 gr. d'oignons, 50 gr. de poireaux et une carotte moyenne émincés, une branche de persil, une brindille de thym, une parcelle de feuille de laurier, 8 grammes de sel, 1 litre 1/4 d'eau.

Réunir le tout dans une casserole, chauffer jusqu'à l'ébullition, écumer, maintenir l'ébullition frissonnante pendant une heure, retirer du feu et passer le bouillon obtenu à la passoire fine ou à la serviette.

Ce bouillon reçoit toutes les utilisations du bouillon de bœuf avec vermicelle, pâtes d'Italie, tapioca, perles du Japon, pain grillé, etc...

LA BOURRIDE

C'est encore une soupe de l'école provençale. Il faut les poissons ordinaires de la bouillabaisse, et les préparer de même en ajoutant en plus des pommes de terre en rondelles. Faire, d'autre part, un peu d'aïolli, en garder la moitié pour manger avec le poisson, et mettre le reste dans une casserole, puis, quand le poisson est cuit, passer la cuisson sur cet aïolli et lier sur le feu sans le faire bouillir comme une crème. Verser sur des tranches minces de pain légèrement grillées.

LA CHAULDRÉE

Ceci est une soupe du même genre qui se fait sur la côte de l'Atlantique.

On emploie surtout les très petites soles difficiles à vendre et l'anguille ; on cuit avec un peu de vin blanc de pays et d'eau. On peut y mettre aussi des pommes de terre, la soupe se verse sur du pain et le poisson se sert à part.

Ces soupes de poisson sont vraiment bonnes, surtout avec de la tomate et une bonne condimentation un peu relevée.

LA COTRIADE

Cette soupe des pêcheurs bretons se fait ainsi : faire revenir au saindoux des oignons émincés ou coupés en quatre; quand ils sont dorés, verser de l'eau, ajouter quelques pommes de terre coupées en quartiers, sel, poivre, bouquet garni, puis mettre des poissons tout frais pêchés quels qu'ils soient, tout est bon, entiers s'ils sont petits, ou coupés en quartiers. Cuire à feu vif vingt-cinq minutes, verser le bouillon sur des tranches de pain et servir le poisson avec une vinaigrette et de la christe-marine (1) en salade.

CRÈME CARDINAL

Faire une crème de riz et la terminer avec un beurre de homard bien rouge, garnir le potage de petits dés de homard.

CRÈME D'HUITRES

Ouvrir à raison de 6 par personne des belles huîtres, recueillir soigneusement leur eau dans une casserole, y déposer les huîtres, extraites de leur coquille et chauffer doucement jusqu'aux premières manifestations de l'ébullition. Laisser pocher, sans bouillir, 5 minutes.

Égoutter les huîtres, les ébarber, les diviser en deux ou trois morceaux et les mettre dans la soupière de service. Passer l'eau de cuisson au linge et l'ajouter à un décilitre de sauce béchamel légère cuite avec un gros oignon et passée en écrasant l'oignon. Terminer cette crème avec une cuillerée à potage de crème épaisse, et une pincée de feuilles de cerfeuil.

Cette recette peut être appliquée aux moules, clovis, à tous les coquillages fins.

POTAGE AUX HUITRES

Faire une crème de riz et lui ajouter deux douzaines d'huîtres cuites dans leur eau ainsi que cette eau elle-même passée au linge.

Très usité en Amérique.

SOUPE AU CONGRE

Procéder comme ci-dessus avec oignons, poireaux, tomates, ail, puis mettre un kilo de congre coupé en tranches. Couvrir et tenir à petit feu un quart d'heure pour faire suer le poisson, le mouiller de 2 litres d'eau bouillante; saler, poivrer, ajouter un morceau de fenouil,

(1) Plantes qui croissent au bord de la mer et dont on mange les feuilles confites au vinaigre.

queues de persil, un peu de laurier. Cuire quarante-cinq minutes doucement, puis passer la cuisson et un peu de la chair du congre au tamis pour liaison. Remettre au feu, ajouter une légère pointe de currie ou de safran suivant le goût et y faire pocher du gros vermicelle blanchi ; potage épais.

SOUPE DE LA CÔTE DES MAURES

Colorer à l'huile d'olive, dans une casserole, 250 gr. d'oignons émincés, ajouter un kilog de minuscules poissons et crustacés de toutes variétés que les pêcheurs trouvent en abondance dans leur filet. A mesure qu'ils chauffent, les triturer avec une cuiller en bois en plein feu pour obtenir l'évaporation de l'eau dont ils sont saturés, puis par dessèchement une pâte croustillante. Ajouter 500 gr. de tomates fraîches coupées en quartiers, assaisonner sel, poivre, un fort bouquet garni avec fenouil et thym en majorité.

Lorsque les tomates sont elles-mêmes amalgamées à la pâte, mettre dans le mélange 250 gr. de pommes de terre farineuses et émincées, un verre de vin blanc de Cassis, une forte prise de safran et réduire de moitié. Couvrir alors largement d'eau et cuire 20 minutes à gros bouillons.

Passer et presser fortement, remettre la soupe à bouillir, vérifier l'assaisonnement et y pocher 50 gr. de spaghetti brisés.

Dans la soupière préparée, mettre une cuillerée à potage d'aïoli, y mélanger deux fois autant de parmesan râpé et délayer en versant lentement la soupe.

Voiler de parmesan râpé et servir.

SOUPE DE POISSONS DES PÊCHEURS

Prendre un mélange de poissons, très frais : loup, rascasses, mulet, crabes, petite langouste, environ 100 gr. par personne de ce mélange et les couper en morceaux après nettoyage ; faire roussir légèrement à l'huile un oignon, un poireau, une gousse d'ail, ajouter trois ou quatre tomates coupées, mouiller avec un verre de vin blanc et assez d'eau pour bien baigner le poisson que l'on y ajoute quand ça bout; assaisonner, mettre la langouste coupée toute vive et cuire à bon feu quarante minutes, puis ôter le poisson avec l'écumoire, et faire cuire dans le bouillon quelques poignées de gros vermicelle que l'on aura blanchi avant, trois ou quatre minutes à l'eau salée. Servir très chaud avec du fromage râpé et le poisson avec un peu de sa cuisson.

VELOUTÉ D'OURSINS

Potage un peu coûteux mais d'une extrême finesse. Huit oursins par convive, avec des ciseaux, les ouvrir en cercle par la partie supérieure où se trouve l'œil et extraire toutes divisions charnues et rouges (voir fig. 78, 79 et 80, page 36).

Par ailleurs, faire blondir au beurre et cuire un petit oignon émincé, y ajouter la chair des oursins et chauffer deux minutes. Verser le tout dans un décilitre de velouté de poisson léger et cuire très doucement vingt minutes avec l'addition d'une petite tomate. Fouler le velouté à l'étamine à l'aide d'une spatule, le remettre en ébullition deux minutes, puis hors du feu, le lier avec un jaune d'œuf dilué avec une cuillerée de crème épaisse.

Cette opération, étant faite dans le velouté bouillant, cuit suffisamment le jaune pour obtenir une liaison correcte. Ne plus faire bouillir.

WATERZOOÏ A LA FLAMANDE

Cette soupe, spéciale aux Flandres, est composée avec des poissons de rivière tels : carpe, brochet, anguille, tanche, loche.

Après le nettoyage usuel, tous ces poissons sont divisés en tronçons; les têtes, parures et queues sont utilisées pour obtenir un fumet de poisson ou bouillon maigre ; les tronçons sont réunis dans une casserole, rangés par ordre de délicatesse, les plus fins ou fragiles sur le dessus. Ajouter un morceau de beurre, condimenter avec racines de persil, thym, laurier ; assaisonner de sel et poivre, mouiller à hauteur des poissons avec le fumet et mettre en ébullition. Cuire assez violemment pour obtenir une liaison naturelle par la réduction et le mélange intime du fumet et du beurre. Au moment de servir, verser dans la soupière sur une liaison de crème et de jaunes d'œufs en remuant cette dernière avec la louche.

Présenter à part sur un plat les tronçons de poissons et sur une assiette des tranches de pain de ménage grillées et beurrées.

POISSONS DE MER

Nous classons dans un chapitre spécial les poissons d'eau douce, dans un autre les crustacés et coquillages. Cet ordre nous paraît plus rationnel.

Sans vouloir entrer dans des considérations scientifiques, il nous paraît intéressant de donner quelques définitions concernant l'ordre ou la famille de chaque sujet traité, avec les particularités qui peuvent intéresser le lecteur.

Nous croyons faciliter leurs recherches en disposant nos sujets dans l'ordre alphabétique. Aussi commençons-nous par :

L'ALOSE

Ce poisson appartient à la famille des *Clupéidés*, et, bien qu'il se pêche à l'embouchure des fleuves, je le classe néanmoins parmi les poissons de mer, puisqu'il remonte de l'Océan vers les fleuves au commencement du printemps, pour établir ses frayères aux embouchures ; il se pêche de mars à fin mai ou début de juin suivant la température.

L'alose remonte parfois fort loin dans les rivières en évitant les barrages et les fortes chutes d'eau si elle le peut. D'après E. Belloc on en rencontre dans les cours d'eau jusqu'à 800 kilomètres de la mer.

Sa chair est excellente et fort prisée des gourmets, malgré ses nombreuses arêtes. Voici les recettes la concernant :

ALOSE GRILLÉE MAITRE-D'HÔTEL

On traite de cette manière les aloses ne dépassant pas le poids de 3 livres au maximum.

Il faut, après l'avoir vidée et écaillée, la ciseler (voir ce mot, p. 42) sur les deux faces assez profondément, puis la fariner et huiler pour la poser sur un gril préparé d'avance, bien chauffé afin que la chair soit saisie et n'adhère pas aux barres du gril; pour la marche de la cuisson

se conformer aux indications de la page 21, huiler et saler plusieurs fois pendant la cuisson mais peu à la fois. Bien s'assurer de l'état de la cuisson, car rien n'est aussi désastreux à servir qu'un poisson saignant. Le poser sur un beurre à la maître-d'hôtel préparé dans le plat chaud et l'accompagner de pommes de terre à l'anglaise (facultatif).

ALOSE A L'OSEILLE

Peut se préparer de deux manières :

1° Faire braiser le poisson dans une poissonnière sur un lit d'oignons et échalotes émincés et jaunis au beurre, mouiller d'une demi-bouteille de vin blanc, assaisonner d'huile ou beurre pour éviter le dessèchement de la partie non immergée, faire prendre le bouillon sur le feu puis couvrir le poisson d'un papier huilé, le mettre au four pour cuire en l'arrosant quelquefois, et dresser cette alose sur un lit d'oseille à la crème préparée à part, puis bien faire réduire la cuisson avec un morceau de beurre et arroser le poisson.

Ou :

2° Faire fondre l'oseille au beurre avec oignons et une pointe d'ail, sel et poivre. Mettre cette oseille au fond d'une daubière, poser dessus l'alose un peu rôtie au beurre et l'y enfoncer autant que possible, couvrir et cuire au four une heure au moins, ou plus suivant le poids du poisson.

Les deux méthodes ont leurs partisans.

NOTA. — Indépendamment de ces deux formules, l'alose peut se traiter par le court-bouillon tout comme le bar ou le brochet.

ANCHOIS

Tout le monde connaît ce petit poisson de la Méditerranée qui appartient à la famille des *Clupéidés* et dont la principale destination est le ravier. C'est un hors-d'œuvre que vous trouverez au chapitre des hors-d'œuvre.

ANGE

Ce poisson classé dans la famille des *Squatinidés*, c'est-à-dire des squales, devient très grand et l'on rencontre des sujets de 100 kilos. Il ne vient pas souvent sur nos marchés bien qu'il se trouve dans toutes les mers et océans qui ceinturent nos côtes. Sa chair est comestible et sans prétendre à aucun record gastronomique, on peut l'accommoder comme du veau.

Il a fallu la période de pénurie que nous venons de passer pour voir sur nos marchés les anges nous rendre visite.

ANGUILLE

(VOIR CONGRE)

On donne en effet au congre (voir fig. 24 page 22) le nom d'anguille de mer, en raison de sa similitude avec l'anguille de rivière, sauf cependant ses dimensions qui peuvent atteindre jusqu'à 3 mètres chez certains sujets.

BAR

Ce poisson délicieux appartient à la famille des *Percidés*, c'est un poisson des plus voraces (voir fig. 18, page 21). Il remplace parfois la truite lorsque celle-ci est trop chère, mais il n'en a ni la finesse incomparable ni la couleur puisque sa chair est blanche. De plus, je ne trouve pas qu'il y ait une grande économie à cette substitution, parce que la truite ayant une petite tête et peu d'intestins, il reste davantage de chair comestible dans une truite de 5 livres vidée que dans un bar de 7 livres qui a une tête énorme et beaucoup d'intestins.

Le bar se fait pocher au court-bouillon et se sert avec une sauce de son choix, ou il se fait braiser au vin blanc, et se sert aussi parfois froid à la gelée.

BAR FARCI A LA RÉGENCE

Désosser un bar de 3 à 4 livres, de manière à ne pas laisser d'arêtes; pour cela l'ouvrir par le dos, de préférence, et passer un petit couteau le long de l'arête, ne laisser que quelques centimètres de la queue pour pouvoir présenter le poisson ; laisser également la tête; assaisonner les chairs et étaler dessus une bonne épaisseur de farce de poisson, farce de brochet de préférence, farce fine (voir farces pp. 53 et suivantes) que l'on peut facultativement truffer. Refermer le poisson en lui laissant bien sa forme et le faire braiser une heure dans un bon fond de court-bouillon au vin blanc, en le tenant couvert d'un papier beurré — car il n'a pas besoin de baigner.

Lorsqu'il est cuit, l'égoutter, ôter la peau et le laisser un peu refroidir, puis le recouvrir d'une légère couche de pâte à choux sans sucre, que l'on étale régulièrement ; on la dore à l'œuf et avec le bout d'un petit couteau rond on appuie un peu sur la pâte pour imiter la forme des écailles et, ensuite, on passe ce poisson au four

pour cuire et colorer cette pâte à choux. Ceci constitue un fort joli mets bien présenté, que l'on dresse sur plat long, on l'entoure d'une belle bordure de persil frit, et on dispose de chaque côté 5 ou 6 écrevisses troussées, court-bouillonnées.

Servir chaud accompagné d'une excellente sauce Nantua additionnée de truffes en filets.

BAR GRILLÉ SAUCE BÉARNAISE

On peut faire griller, soit sur le gril, soit à four très chaud, des poissons ne dépassant pas un kilo au maximum. Il faut bien les ciseler, les fariner et les huiler ou beurrer pour que la peau n'attache pas aux barres du gril qui doit être chauffé d'avance.

Servir avec quartiers de citron et sauce fine ; la béarnaise convient très bien.

BAR A LA JOINVILLE

Cuisson au court-bouillon, le dresser avec un entourage de petites barquettes en pâte brisée ou feuilletée remplies d'un ragoût de crevettes. Servir une sauce crevettes.

BAR SAUCE VÉNITIENNE

Faire pocher le bar au court-bouillon sans ébullition et le servir sur serviette avec un entourage de beau persil frisé, quelques minces lames de citron dessus et une sauce vénitienne à part (voir p. 48). Avec tous les poissons bouillis on peut servir des pommes de terre à l'anglaise si l'on veut.

BARBUE

Appartient à la famille des *Pleuronectidés*, de même que la sole, le turbot, etc. Poisson classé dans les poissons riches par la finesse de sa chair qui peut se prêter à de multiples présentations et figurer sur la table des plus fines fourchettes (voir fig. 9 et 10, page 20). Bien que la barbue offre une certaine analogie d'aspect avec le turbot, il ne faut pas les confondre car la chair n'est pas la même, celle de la barbue est délicate, friable, alors que celle du turbot, bien qu'aussi délectable, est plus ferme; de plus la barbue a des écailles et le turbot

n'en a pas. Comme la barbue se présente entière, court-bouillonnée, ou en filets, on peut lui appliquer les recettes que l'on trouvera aux filets de soles, indépendamment de celles ci-après.

BARBUE A L'AMIRAL

1° Inciser longitudinalement, du côté noir, une barbue de 2.500 grammes et soulever légèrement les filets pour les séparer de l'arête. Briser cette dernière en deux ou trois endroits, ce qui permettra de cuire le poisson sans que la chair se brise.

Mettre dans l'intérieur de la barbue 2 cuillerées de beurre assaisonné de sel et de poivre.

2° Placer le poisson sur la grille beurrée d'une turbotière. L'assaisonner de sel et de poivre.

Mouiller de 5 décilitres de fumet de poisson (préparé au vin de Chablis). Faire partir sur le fourneau. Achever de cuire au four, à chaleur douce, en arrosant souvent.

3° Retirer le poisson de la turbotière, l'ébarber, enlever la peau noire et l'arête intérieure et le dresser sur un grand plat de service.

4° *La sauce :* Passer le fond de cuisson à la passoire fine, le réduire de moitié; ajouter 2 décilitres de velouté maigre et le réduire en plein feu, jusqu'à bonne consistance et en ajoutant, petit à petit, 3 ou 4 décilitres de crème fraîche épaisse. Compléter la sauce avec 100 grammes de beurre d'écrevisses, 2 cuillerées de fine champagne (flambée) et une pointe de cayenne. Passer à l'étamine.

Napper le poisson bien épongé, avec cette sauce brûlante et l'entourer d'une garniture amiral.

BARBUE A LA CHANCELIÈRE

Préparer une fine julienne bien taillée avec 50 gr. de rouge de carotte, 50 gr. d'oignon et blanc de poireaux mélangés, 100 gr. de champignons crus et une truffe.

Cuire cette julienne doucement à l'étuvée, puis la mouiller d'une demi-bouteille de vin blanc ; la cuire 5 minutes, et verser sur le poisson dans un grand plat à four.

Assaisonner, couvrir d'un papier huilé et faire pocher au four en arrosant souvent pendant 45 à 50 minutes, pour une barbue de 4 à 5 livres. Égoutter la cuisson et la faire réduire avec crème épaisse et béchamel en ayant soin d'y laisser la julienne. La sauce doit être exquise et assez relevée. Napper le poisson avec et l'entourer de belles têtes de champignons grillées, remplies de queues de crevettes liées à la sauce crevettes.

BARBUE FARCIE A LA MINERVE

Il faut, ici, un petit travail délicat qui consiste à désosser le poisson tout en le laissant entier. Pour cela on fait du côté noir une incision au milieu, tout le long de l'arête proéminente et l'on glisse alors un couteau moyen assez flexible sous le filet en le détachant par petites saccades de l'arête d'un bout à l'autre. On répète cette opération sur l'autre filet, puis on casse l'arête aussi près que possible de la queue et de la tête, il ne reste plus, ayant écarté les filets, qu'à passer le couteau sous l'arête pour finir de détacher celle-ci. Ce travail est méticuleux mais peut se faire d'avance ; on prépare alors une farce mousseline de poisson (voir p. 53 et suiv.) additionnée d'un peu de champignons hachés cuits au beurre et refroidis ; introduire cette farce dans la partie désossée du poisson ; rabattre les filets dessus et mettre la barbue à pocher au vin blanc ; réduire ensuite le vin avec 250 gr. de crème épaisse et un quart de litre de béchamel, relevée au poivre de paprika ; dresser avec précaution la barbue sur un grand plat chaud, la napper de sauce, le reste à part et l'entourer de belles têtes de champignons tournées et de quenelles faites avec le reste de la farce, s'il en reste, mais cela n'est pas obligatoire, les champignons suffisent.

BARBUE A LA FRANÇAISE

Préparer et cuire la barbue au vin blanc selon la méthode habituelle.

Sauce : Réduire le fond, le lier de 4 décilitres de velouté maigre et le terminer avec crème fraîche et beurre. Diviser cette sauce en deux parties, en additionner une de beurre d'estragon bien vert et conserver l'autre blanche. Passer séparément ces sauces à l'étamine.

Garniture : Petites cassolettes en appareil duchesse, garnies d'un ragoût de moules à la poulette ; écrevisses cuites au court-bouillon ; grosses lames de truffes.

Dressage : Saucer la barbue mi-partie blanc, mi-partie vert, et disposer les garnitures autour, une rangée de lames de truffes séparant les couleurs.

BARBUE POCHÉE SAUCE MOUSSELINE

Le poisson bien écaillé des deux côtés, les nageoires coupées aux ciseaux, les ouïes arrachées et le ventre nettoyé, il est bon de le laisser dégorger (voir ce mot, p. 42) dans l'eau froide pour que le sang, s'il en reste, soit évacué, la chair en sera d'autant plus blanche.

Le cuire ensuite simplement à l'eau salée et citronnée sans aucun légume en le mettant à froid et retirer sur le côté du feu dès que l'ébul-

lition tend à se manifester. Laisser ainsi pocher ce poisson de 25 à 45 minutes suivant sa grosseur, puis l'égoutter, le dresser sur un plat spécial garni d'une serviette, ou sur une planche à poisson habillée de même; l'encadrer d'une auréole de beau persil frisé et plaquer au milieu quelques minces lames de citron.

Servir en même temps la sauce mousseline, hollandaise, cardinal ou autre que l'on trouvera au chapitre des sauces.

BARBUE A LA THÉODORA

Très joli plat de fin dîner. Il faut cuire la barbue entière au four avec une demi-bouteille de vin blanc, sel, poivre en grains (blanc), et couverte d'un papier huilé. L'arroser pendant sa cuisson plusieurs fois et pendant ce temps faire une petite livre de croquettes de pommes de terre (voir légumes), très peu salées, dans lesquelles on mêle quelques queues de crevettes décortiquées.

Ces croquettes seront façonnées en forme de petites poires, pour être dressées debout.

Faire une sauce au vin blanc avec la cuisson de la barbue ; sauce bien beurrée, dont on mettra 5 cuillerées à part dans une casserole, à laquelle on mêlera un peu de beurre de crevettes (voir page 51) et une cuillerée à potage de purée de tomates épaisse afin d'obtenir une petite sauce rouge que l'on met dans un cornet de papier.

Et voici le dressage : placer la barbue sur un grand plat, la napper avec de la sauce au vin blanc et aussitôt faire un quadrillage avec la sauce rouge contenue dans le cornet, puis dresser les croquettes frites au dernier moment tout autour et debout. Servir le reste de la sauce à part. Ce plat peut se faire aussi avec les filets de barbue en reconstituant à peu près le poisson.

BARBUE A LA TOSCA

Procéder comme ci-dessus quant à la cuisson et à la sauce dont un tiers sera additionné de purée de tomates. Préparer des quenelles de poisson en farce mousseline (voir p. 53 et suiv.) avec du brochet ou du merlan, colin, etc.; mouler ces quenelles à la cuiller à soupe et les pocher à l'eau salée. Dresser la barbue et la napper de la sauce au vin blanc, l'entourer avec les quenelles que l'on nappe avec la sauce rouge et semer de la truffe en filets fins sur le poisson.

BARBUE SOUFFLÉE

Il s'agit ici de retirer l'arête du poisson sans abîmer celui-ci, comme il est expliqué plus haut, voir barbue à la Minerve; on met à

la place de l'arête une farce de poisson mousseline additionnée d'un peu de crème fouettée et d'un gros blanc en neige. Cette farce bien blanche sera tenue assez relevée, on sale et poivre l'intérieur de la barbue avant d'y mettre cette couche de farce, et l'on rabat les filets par-dessus. Il faut ensuite placer délicatement le poisson dans un plat creux à four, l'arroser d'une demi-bouteille de vin blanc, l'assaisonner et le cuire au four avec un papier beurré grassement dessus. Le four un peu chaud sans excès, il faut compter 50 minutes au moins pour la cuisson en l'arrosant souvent.

Ce plat est digne de figurer sur les plus riches tables. On peut faire la sauce que l'on veut, mais en y ajoutant ou se servant du vin de cuisson. Verser un peu de sauce sur le poisson et le reste à part. Je recommande une sauce cardinal.

BARBUE A LA VICTORIA

Désosser la barbue comme il est dit à la recette : *Barbue à la Minerve*, et la farcir d'une fine farce de poisson mousseline, la faire pocher au four au vin blanc de Bourgogne en l'arrosant souvent, pendant 45 à 50 minutes. Pendant ce temps, cuire au court-bouillon un petit homard de 500 à 600 gr., le décortiquer et piler la carapace pour faire un beurre de homard (voir p. 52) qui servira à préparer une sauce cardinal (voir p. 45). Dresser délicatement la barbue sur le plat, la napper de sauce cardinal et placer dessus une rangée d'escalopes de queue de homard chauffées au beurre; une lame de truffe dessus et le reste de la sauce servie à part avec les déchets de homard dedans.

TRONÇONS DE BARBUE A LA DUGLÉRÉ

Faire blondir au beurre un gros oignon finement émincé, puis y ajouter 500 gr. de tomates pelées, vidées et un peu hachées, les laisser bien fondre; pendant ce temps découper la barbue en morceaux et les cuire au vin blanc, ensuite mettre cette cuisson dans les tomates, ajouter persil haché, un peu d'échalote, cuire 8 à 10 minutes, puis ajouter un bon morceau de beurre manié avec farine à poids égal ; allonger d'un peu d'eau si la sauce est trop épaisse, relever l'assaisonnement, la verser sur le poisson maintenu au chaud, semer du persil et servir.

NOTA. — Tous les poissons peuvent se faire ainsi soit en morceaux, soit en filets, c'est délicieux; les barbues ou turbots préparés ainsi ne doivent pas dépasser 2 livres à 2 livres 1/2.

Éperlans frits →

Comme je le dis plus haut la barbue peut se servir en filets et recevoir les mêmes apprêts que les filets de soles : à la meunière, à la Mornay, à la Florentine, etc. Pour détacher les filets on ne retire pas la peau d'abord comme il sera indiqué aux filets de soles ; on détache les filets en glissant le couteau dessous et on le retourne sur la planche pour glisser le couteau entre cuir et chair. Tous ces déchets servent à faire le fumet pour obtenir la sauce ensuite.

BAUDROIE

(VOIR LOTTE DE MER)

Ce poisson de la famille des *Lophiidés* est en effet plus connu sous le nom de lotte, et nous le lui laisserons pour ne pas compliquer le travail et la mémoire de la ménagère. C'est un poisson avantageux sans arêtes ni déchets puisqu'il vient à Paris tout vidé et étêté, son aspect au naturel est presque terrifiant !

BONITE

Ce poisson peu connu dans la partie nord de la France est commun à la Méditerranée; il appartient à la famille des *Scombres*, comme le thon et le maquereau, auquel il ressemble par la couleur mais il est bien plus rapproché du thon par ses dimensions. Son aspect est bien celui d'un gros maquereau ; il se coupe en tranches et se fait griller, il peut aussi se court-bouillonner ; c'est un poisson à chair grasse et les gros sujets peuvent se conserver en boîte à l'huile, comme le thon.

Il n'y a pas lieu de lui consacrer des recettes, celles qui concernent le thon peuvent lui être appliquées.

CABILLAUD

Le cabillaud (voir fig. 34, page 24) et l'églefin qui lui ressemble, appartiennent à la famille des *Gadidés*. Famille nombreuse s'il en fut; le cabillaud n'est autre que la morue fraîche, et l'églefin ou aigrefin ou aiglefin, car on lui applique un état civil varié, sert à faire le délicieux haddock.

Le cabillaud est très bon et son défaut réside dans la fragilité de sa chair après cuisson. Il se cuit au court-bouillon entier ou en tranches, il se frit, se fait à la poêle, enfin tous les traitements lui conviennent; il offre quelque analogie avec le colin, de la même famille, mais le colin est plus fin et de chair moins fragile.

CABILLAUD BOUILLI NATURE

Cuire le cabillaud en tranches au court-bouillon, le dresser sur serviette avec un bouquet de persil frisé à chaque bout ; envoyer en même temps une timbale de pommes de terre à l'anglaise et une saucière de beurre fondu.

CABILLAUD SAUCE PERSIL

Faire cuire au court-bouillon des tranches de cabillaud de 150 gr. environ, et les servir accompagnées d'une sauce blanche (voir sauces) additionnée d'une pincée de persil haché.

CABILLAUD FRIT

Les tranches assez minces passées au lait et ensuite à la farine. Les faire frire à friture brûlante huit à dix minutes ; les servir avec quartiers de citron ou une sauce tartare.

CABILLAUD (SAUTÉ) A LA BOMBAY

Détailler la chair de cabillaud en morceaux carrés de 4 centimètres de côté. Assaisonner de sel et de currie, fariner. Faire sauter vivement à la poêle, au beurre clarifié. Dresser dans une bordure de riz à l'indienne. Mettre autour de cette bordure de la fondue de tomates et des aubergines en gros dés, sautées à l'huile, disposées par bouquets alternés. Saupoudrer de persil haché. Servir avec sauce currie à part ou napper le poisson juste avant de servir.

CABILLAUD A LA MISTRAL

Ce sont des tranches farinées et saisies à l'huile des deux côtés, les mettre dans un plat à gratin creux; faire frire, dans l'huile qui reste, 250 gr. de tomates pelées et hachées et 150 gr. de champignons émincés, une pointe d'ail, sel, poivre, persil. Quand le tout est bien fondu et saisi, mouiller d'un verre de vin blanc, verser sur et autour du poisson, le poudrer de chapelure, l'arroser d'huile et faire gratiner au four 15 à 20 minutes. C'est un plat de cuisine méridionale et ménagère.

CABILLAUD A LA PORTUGAISE

Détailler le cabillaud en tranches du poids de 250 grammes l'une. Les assaisonner de sel et de poivre ; les ranger dans un plat à sauter contenant, pour 5 tranches : 100 grammes de beurre, un décilitre

d'huile, 100 grammes d'oignon haché revenu au beurre; une petite gousse d'ail écrasée, deux pincées de persil concassé, 500 grammes de tomates pressées et concassées, 100 grammes de riz aux trois quarts cuit à l'eau salée et 2 décilitres de vin blanc.

Couvrir la casserole ; faire partir à grand feu et cuire à couvert pendant 10 minutes.

Au bout de ce temps, découvrir l'ustensile pour la réduction, laquelle doit se trouver à point en même temps que le poisson, dont la cuisson complète demande 18 minutes. Dresser les tranches sur un plat long et les couvrir avec la cuisson et la garniture.

CARRELET

Ce poisson (voir fig. 14, page 21) comme la plie, le flétan, la limande, est de la famille des *Pleuronectidés ;* il est plat et se différencie des limandes par des points de couleur rouge-orangé qu'il porte sur le côté noir de sa peau. C'est un poisson très commun mais qui rend bien service dans la cuisine ménagère.

Il se fait surtout frire ou cuire au beurre et huile à la poêle après avoir été fariné, mais il se traite aussi d'autres façons, soit entier, soit en filets.

CARRELETS AU GRATIN

Hacher finement 100 gr. de champignons crus, les faire ensuite rissoler dans un peu de beurre, puis ajouter une demi-tasse à café de vin blanc et une tasse à thé de sauce brune (voir sauces), assaisonner, ajouter une cuillerée de purée de tomates, une de persil haché, puis verser cette sauce sur trois carrelets de 200 gr. chacun, placés dans un plat à gratin, salés et poivrés. Semer par-dessus une pincée de chapelure et faire cuire ce poisson en le gratinant en même temps. Servir de suite avec persil haché dessus. Tous les poissons, soit entiers s'ils sont plats, soit en tranches ou en filets, peuvent se préparer ainsi. Exemple : les limandes, les plies, merlans, rougets, etc...

CARRELETS SUR LE PLAT A LA MINUTE

Nettoyer les carrelets et fendre un peu la peau de chaque côté avec la pointe du couteau en formant comme un quadrillage, les mettre dans un plat à gratin, semer dessus sel et poivre, trois ou quatre échalotes hachées et aussi du persil, arroser à fleur du poisson avec du vin blanc, semer de la chapelure dessus, mettre des noisettes de

beurre de place en place et cuire dans un four brûlant pour assurer la cuisson en même temps que le gratinage.

Tous les poissons ou tranches de poissons peuvent se faire ainsi; aussi bien les soles que les merlans ou les morceaux de gros poissons.

LE CHALUET

Ce poisson de la famille des *Cottidés*, est aussi appelé Chabois-seau, diable de mer, scorpion, crapaud de mer ; il est très laid, très épineux et ne quitte guère les côtes océanes où il est pêché à marée basse. Les pécheurs en font d'excellentes soupes, ainsi que d'un autre spécimen de la même famille appelé : souris de mer à cause de sa taille plutôt petite.

LE CHIEN DE MER

Voir roussette (p. 116) qui est le vrai nom de ce poisson très commun.

LE CHINCHARD

Ressemble un peu au maquereau mais est assez petit ; appartient à la famille des *Carangidés*. Il se blottit souvent sous les méduses; il est surtout mis en conserve soit à l'huile, soit à la tomate.

LE COLIN

Ce poisson (voir fig. 2, page 19) si connu sous ce nom est en réalité la merluche, on l'appelle d'ailleurs : merlu sur tout le littoral Atlantique. Il appartient à la famille des *Gadidés* et rend de très grands services en cuisine; il se fait entier ou en tranches, au court-bouillon, ou frit ou en filets (voir fig. 52, 53 et 54, pages 29 et 30) et reçoit toutes préparations que l'on veut; considéré autrefois comme un poisson commun, il a pris du galon depuis ces dernières années et son prix s'est élevé d'autant; son abondance fait qu'il rend de grands services dans l'alimentation; il se détaille surtout en filets auxquels les sauces et garnitures les plus diverses peuvent être appliquées.

COLIN BOUILLI AVEC SAUCES DIVERSES

On peut d'ailleurs servir avec un colin ou un tronçon de colin les mêmes sauces que l'on servirait avec un bar ou une truite. Sauces Chivry, crevettes, cardinal, Nantua, hollandaise, etc.

COLIN A LA FLORENTINE

Cuire le colin comme ci-dessus, en filets, faire la même sauce, mais en plus faire cuire à l'eau salée 3 livres d'épinards bien effeuillés, les égoutter, rafraîchir, presser dans les mains et les faire sauter au beurre. Mettre ces épinards tels quels dans le fond du plat à gratin, les filets de poisson dessus, les napper de sauce Mornay (voir ci-dessous) et faire gratiner. Peut se faire de même avec tous poissons en filets ou tout au moins désossés. Les deux éléments font un tout délicieux.

COLIN A LA MORNAY

Cuire des filets de colin au vin blanc, comme ci-dessus, faire une sauce béchamel très épaisse que l'on éclaircit un peu avec le vin blanc de la cuisson du poisson, mais après avoir bien laissé réduire celle-ci en plein feu. Ajouter à cette sauce une poignée (60 gr.) de gruyère râpé. Mettre le poisson dans un plat à gratin, verser la sauce dessus, semer de la chapelure, arroser de beurre fondu et faire gratiner à feu vif.

COLIN PANÉ A L'ANGLAISE

Assaisonner de sel et poivre les filets de colin tronçonnés, les passer dans du lait, puis les rouler dans la farine, ensuite les tremper bien soigneusement dans du blanc d'œuf, battu avec autant d'huile et enfin les passer dans la chapelure blonde. Les ranger à mesure dans un plat allant au four (plat de fer ou de cuivre étamé), les arroser d'huile et les cuire ainsi huit à dix minutes à four très brûlant pour les servir avec un beurre maître-d'hôtel sous les filets pour que leur chaleur le fasse fondre.

On peut, les ayant cuits de cette manière, les accompagner d'une sauce tomate et de pommes de terre d'une façon quelconque.

NOTA. — Comme on peut présenter les filets de colin suivant la plupart des formules que l'on trouvera aux filets de soles, il est inutile d'allonger ce chapitre et de créer ainsi des redites.

COLIN (TRONÇON DE) A L'ANGLAISE

Tous les gros poissons ou tronçons de poissons peuvent se traiter ainsi nature, ce qui se dit : à l'anglaise.

Cuire le poisson dans un court-bouillon bien condimenté et en évitant toute ébullition pendant 18 à 20 minutes par kilo.

Le servir (sur serviette) après l'avoir dépouillé et l'entourer de pommes de terre à l'anglaise, bouquet de persil, tranches de citron et facultativement des champignons cuits préalablement.

Servir un beurre fondu à part.

COLIN (TRONÇON DE) BOUILLI SAUCE CAPRES

Pour le cas où l'on n'a pas besoin d'un colin entier, mais seulement d'un beau morceau, il se fera cuire au court-bouillon, celui-ci préparé d'avance ; étant donné que la chair de ce poisson est assez rapidement cuite, et que le court-bouillon ne doit pas bouillir, il faut le faire d'avance pour que le poisson soit pénétré des principes aromatiques.

On le sert sur un plat garni d'une serviette qui en éponge le court-bouillon, on l'entoure de persil vert si possible, et l'on sert à part une sauce aux câpres, et, si l'on veut, des pommes de terre à l'anglaise.

COLIN (TRONÇON DE) FROID A LA RUSSE

Le pocher suivant les indications données pour le colin à l'anglaise ; laisser refroidir. Napper le colin de gelée après l'avoir décoré de quelques petits motifs de truffes. Compléter avec de la gelée hachée. Le poser sur un bout du plat, et, de l'autre, disposer une salade russe en dôme. La recouvrir de blancs d'œufs durs, jaunes d'œufs et truffes (le tout haché séparément). Alterner les teintes.

Terminer avec des croûtons de gelée et persil.

FILETS DE COLIN A LA BERCY

Procéder comme pour les merlans du même nom.

FILETS DE COLIN A LA DUGLÉRÉ

Cette délicieuse préparation qui porte le nom d'un excellent maître cuisinier, chef au célèbre café Anglais sur les boulevards, peut être appliquée à tous les poissons soit en filets, soit en tronçons. Voir page 84, *Tronçons de barbue à la Dugléré.*

FILETS DE COLIN AU GRATIN

Même procédé que pour les soles ou les carrelets du même nom.

FILETS DE COLIN A LA RUSSE (CHAUDS)

Couper en minces rondelles deux oignons moyens et une carotte, deux échalotes et faire cuire doucement ces légumes au beurre à couvert;

les mouiller d'un verre de vin blanc et cuire quinze minutes à bon feu; saler, poivrer, ajouter persil haché, céleri haché, jus de citron et un morceau de beurre pétri d'un peu de farine, puis ces légumes étant bien cuits les verser sur les filets de poisson crus, rangés dans un plat à gratin et assaisonnés légèrement puisque la sauce y est déjà, semer dessus une pincée de mie de pain, arroser de beurre et mettre à four chaud pour assurer la cuisson en même temps que le gratinage.

CONGRE

Le congre ou anguille de mer (voir fig. 24, page 22) appartient à la famille des *Anguillidés ;* il y a des congres à peau noire et d'autres à peau plus claire. Ces poissons peuvent atteindre jusqu'à 2 mètres de longueur et l'on en a même parfois vu de plus longs atteignant un poids de 25 kilos. Bien que n'étant pas un poisson de qualité il est cependant appréciable dans la cuisine ménagère; sa chair ferme se prête à la cuisson et on en fait des matelotes tout comme avec sa cousine l'anguille de rivière. Il se fait aussi rôtir ou en cocotte, et, en somme, il vaut mieux que sa réputation.

CONGRE BOUILLI SAUCE CAPRES

Comme tous les poissons, le congre se cuit en tranches ou en tronçons (voir fig. 52, page 29), au court-bouillon et se sert avec une sauce aux câpres ou une autre à son goût (voir sauces). On peut aussi le faire frire en tranches minces farinées et le servir avec une sauce tartare; ces apprêts sont d'ailleurs communs à presque tous les poissons.

CONGRE A LA COCOTTE

Prendre une belle tranche d'un kilo, couper les nageoires et la faire revenir au beurre en cocotte de fonte, avec une vingtaine de petits oignons autour. Quand le tout est bien jauni, mouiller avec un verre de vin blanc, assaisonner de sel, poivre et bouquet garni; couvrir et laisser cuire lentement soit dans le four, soit à petit feu pendant quarante minutes. Servir le poisson, avec autour les petits oignons et des pommes de terre à l'anglaise; lier le jus de cuisson avec une noix de beurre mélangé de farine et arroser le congre de cette sauce (voir hors-texte, p. 68).

CONGRE EN MATELOTE

Couper en tranches un kilo de petits congres, les laver et les éponger; faire jaunir au beurre quelques oignons coupés en quartiers ou les laisser entiers s'ils sont petits; lorsqu'ils sont presque cuits, mettre dessus les morceaux de congre et baigner le tout avec du bon vin rouge; saler, poivrer, condimenter d'un bouquet garni et cuire à bon feu; ce poisson étant de chair ferme, la cuisson peut bouillir. Après 20 à 25 minutes, ajouter 250 gr. de champignons bien nettoyés et préalablement sautés au beurre soit entiers soit en morceaux suivant leur grosseur. Cuire encore dix minutes puis lier la cuisson avec 50 gr. de beurre fin pétri avec une bonne cuillerée à café de farine de façon à constituer une sauce crémeuse mais pas trop épaisse; la goûter et mettre à point et comme le vin rouge cuit se décompose et devient violacé, il est bon de colorer la sauce avec du caramel ou de la glace de viande. Servir avec des croûtons frits autour du plat (facultatif).

CONGRE A LA MATHURINE

Prendre un kilo de congre (ou anguille de mer) d'un seul morceau. Le faire revenir en cocotte, au beurre ou à l'huile brûlante. Y ajouter un oignon et une carotte en rouelles et, quand le tout est coloré, mouiller avec un demi-verre de vin blanc et un verre de crème de lait. Saler, poivrer et couvrir la cocotte pour laisser cuire lentement le tout pendant 3 /4 d'heure.

Pendant ce temps, faire cuire des pommes de terre au four, puis les vider pour en conserver la pulpe que l'on écrase avec sel, poivre, muscade râpée et un fort morceau de beurre. On y ajoute 2 jaunes d'œufs par livre de cette purée et on façonne alors comme des petites galettes bien régulières que l'on dore à l'œuf et met au four sur une tôle beurrée. Dresser le congre avec, dessus, sa sauce passée au tamis fin et les pommes de terre autour.

Servir bien chaud.

CONGRE ROTI

Si la chose est possible, je recommande pour cet apprêt de retirer la peau à un beau morceau d'un kilo en passant un petit couteau entre cuir et chair, et ensuite prendre chez son charcutier quelques petits lardons de lard gras (que l'on fait tailler) et piquer la surface du poisson comme on pique un filet de bœuf ou un ris de veau. Ensuite le rôtir en l'arrosant de beurre, et mettre autour un ou deux oignons en lames qui donneront un bon goût au jus du rôti, lequel sera fait au vin blanc de préférence. Cuire le poisson en l'arrosant souvent et

bien s'assurer de sa parfaite cuisson afin de ne pas le servir saignant.
L'accompagner d'une purée de pommes de terre ou de haricots blancs; c'est délicieux.

FILETS DE CONGRE EN ÉPERLANS

On peut présenter ces filets (voir fig. 52, 53, 54, pages 29 et 30) comme une friture d'éperlans et c'est très bon. Il faut dépouiller des tranches assez minces de congre et ôter l'arête, puis détailler les chairs en filets de la grosseur et longueur de l'index, les faire macérer une heure dans un peu de lait froid salé, ensuite les égoutter et les rouler dans la farine pour qu'ils en soient bien enduits et les plonger, peu à la fois, dans une friture d'huile brûlante. Les dresser en buisson et les servir aussitôt pendant qu'ils sont bien croquants, avec des morceaux de citron.

DAURADE OU DORADE

Ce poisson (voir fig. 26, page 23), appartient à la famille des *Sparidés* qui compte différents sujets dont la daurade, le pageau et le pagre sont les spécimens les plus appréciés. Il y a la daurade grise et la dorade rouge ; il y a aussi une sorte de poisson de la même espèce qui est recouverte d'écailles dorées, il est magnifique d'aspect ! et s'appelle d'ailleurs : dorée, mais la chair est moins appréciée des gourmets.

La daurade est bien connue de nos ménagères qui doivent veiller à ce que la chair en soit ferme, l'œil brillant et les ouïes bien rouges. On peut cuire la daurade entière soit au court-bouillon, soit au four avec diverses sauces et garnitures. On peut aussi la cuire en tranches, ou en filets, ce poisson se prête donc à de nombreuses préparations de cuisine ménagère.

DAURADE A LA BERCY

Même procédé que tous les poissons de ce nom.

DAURADE A LA BOURGEOISE

Se fait entière si elle ne dépasse pas 700 à 800 gr., ou en tranches au-dessus de ce poids. Il faut la mettre dans un plat creux à gratin dont le fond sera parsemé copieusement d'échalotes hachées passées au beurre sans être rissolées ; répandre dessus et autour une bonne

quantité de champignons en lames; mouiller assez fortement de vin blanc, saler, poivrer, ajouter persil haché, quelques noisettes de beurre et glisser à four chaud. L'arroser pendant sa cuisson et après une vingtaine de minutes, semer dessus de la chapelure, et faire bien gratiner sans plus arroser. Servir dans le plat même.

DAURADE GRILLÉE

Bien nettoyer et écailler le poisson, puis faire de chaque côté des incisions tout du long assez profondes, puisque ce poisson est épais; le fariner ensuite, le mettre à cuire sur le gril à feu modéré, après l'avoir badigeonné d'huile ; le temps de cuisson dépendant de la grosseur du poisson ne peut être indiqué ; d'ailleurs je ne conseille pas de griller de très gros poissons, on a trop souvent des mécomptes avec.

DAURADE NOÉMIE

(pour dix personnes).

Deux dorades de 1 kg. 500 environ, les écailler et les vider par les ouïes selon l'usage, bien les laver après habillage intérieurement et extérieurement. Préparer une farce avec la composition suivante :

1° 200 grammes de mie de pain trempée au lait et pressée sans exagération.

2° 150 grammes d'oignon et d'échalote ciselés et fondus au beurre.

3° 500 grammes de duxelles sèche bien blanche.

4° 15 centilitres de crème. Bien malaxer le tout avec assaisonnement sel et poivre, fleur de thym, une prise, et introduire dans les deux dorades par les ouïes.

Beurrer un plat en terre allant au four assez grand pour contenir les deux poissons. Parsemer sur le beurre 40 grammes d'échalote ciselée et 200 grammes de champignons émincés. Poser les poissons, les saupoudrer de sel modérément, les arroser avec 40 centilitres de vin blanc sec, autant de fumet de poisson et diviser sur le tout en noisettes 80 grammes de beurre.

Cuire au four de bonne chaleur et arroser souvent.

Aux deux tiers de la cuisson, ajouter 50 centilitres de crème en arrosant les poissons.

La sauce se forme seule, sans farine, par la combinaison du fumet, de la crème et du glaçage de la surface des poissons, pendant la cuisson et grâce à la réduction partielle de tous ces éléments. Servir dans le plat de cuisson très chaud (Voir hors-texte, p. 100).

René VIAUX, Chef de Cuisine,
« *Meilleur Ouvrier de France* ».

DAURADE ROTIE

Convient surtout à de grosses pièces; les bien écailler et ciseler de chaque côté, assaisonner, huiler et mettre à four chaud ; arroser souvent de beurre fondu; l'hui e est préférable au début de la cuisson, mais le beurre doit lui succéder. Quand le poisson est bien cuit, le mettre sur le plat de service et tenir au chaud, puis déglacer le fond de cuisson avec un filet de vin blanc, le cuire 5 minutes et y mêler, hors du feu, un morceau de beurre frais et du persil haché. Verser ce jus sur le poisson qui est exquis.

FILETS DE DAURADE SAUCE ANCHOIS

Pour détacher les filets de ce poisson, il faut d'abord couper la tête, puis appuyant la main gauche bien à plat dessus, faire glisser un couteau mince le long de l'arête depuis la queue jusqu'à l'autre extrémité, en s'y prenant avec adresse pour ne pas laisser trop de chair sur l'arête ; l'opération renouvelée sur la seconde face vous livre deux beaux filets, les laver et éponger, et avec les arêtes et têtes faire un petit fumet de poisson au vin blanc ; lequel servira d'abord pour faire pocher les filets et ensuite pour faire une sauce blanche bien crémeuse que l'on additionne au moment de servir avec une cuillerée à café d'essence d'anchois qui se trouve en flacon dans le commerce, ou que l'on peut remplacer par deux ou trois filets d'anchois à l'huile, écrasés et passés au tamis en fine purée.

L'essence d'anchois est plus pratique, puisqu'elle évite de salir tamis et pilon, qui sont bien difficiles à débarrasser de l'odeur de l'anchois, c'est aussi bien plus vite fait.

FILETS OU TRANCHES DE DAURADE A L'ARLÉSIENNE

Fariner les filets ou les morceaux de poisson et les cuire à la poêle avec moitié beurre et moitié huile ; les mettre dans le plat et jeter à leur place 500 gr. de tomates épépinées et coupées assez menues, saler, poivrer, ajouter échalotes hachées et ail écrasé. Cuire ces tomates ; puis les mouiller d'un filet de vin blanc, bien réduire, persiller, beurrer et verser sur les poissons.

ÉGLEFIN

Dit aussi aiglefin; ce poisson est de la même famille que le cabillaud, c'est donc un *Gadidé*, et il sert surtout à faire le délicieux haddock (voir fig. 5, page 19), fumé que chacun connaît. Mais on n'emploie pour cela que les moyens ne dépassant pas un kilo à 1 kg. 500 ; les

gros, car ce poisson devient aussi gros que les cabillauds, servent aussi à faire la morue, ou se traite à l'état frais comme le cabillaud auquel il ressemble comme un frère. Il n'y a donc pas lieu d'en faire le sujet de recettes.

ÉPERLANS FRITS EN BUISSON

Ces petits poissons (voir fig. 36, page 24) font partie de la grande famille des *Salmonidés*, et bien que la cuisine savante leur ait appliqué des recettes travaillées, j'estime que la friture doit être sa fin dernière. Passés au lait salé, farinés ensuite et plongés, peu à la fois, dans un bain de friture d'huile brûlante, tenue en plein feu pour qu'elle reste chaude et que les petits poissons soient servis aussitôt frits et bien croquants, accompagnés de persil frit et de quartiers de citron (voir hors-texte, p. 84).

ÉQUILLES

Dits aussi : lançons, appartiennent à la famille des *Ammodytes*. Ce curieux poisson vit dans le sable des rivages qu'il creuse avec rapidité, il y pond d'ailleurs des œufs qui se collent et se mêlent au sable. Lorsque la marée recouvre le sable il sort et cherche sa nourriture. Très mince et long, ce poisson, qui n'a pas d'arêtes, se fait frire comme l'éperlan.

ESTURGEON

Poisson mi-marin, mi d'eau douce, puisqu'on le pêche dans le Danube et les fleuves de Russie, mais c'est au printemps au moment de la ponte qu'il quitte les océans pour remonter les fleuves. Il appartient à l'ordre des *Ganoïdes* et à la famille des *Acipenserides*. En France, on en pêche parfois dans la Garonne et le Golfe de Gascogne. Ce sont ses œufs qui deviennent après certaines préparations le caviar dont la vogue, il y a quelques années, fut si grande.

Ce poisson (voir fig. 38, page 25), remarquable par les écussons osseux qui ornent son dos, atteint des dimensions impressionnantes ; sa chair comestible s'apprête de diverses façons.

GRENADINS D'ESTURGEON AUX ÉPINARDS

Couper des escalopes un peu épaisses (125 gr.) sur de l'esturgeon, les aplatir un peu puis les traverser chacune de trois lardons entrecroisés, les ranger sur un lit de carottes et oignons en rouelles dans un plat grassement beurré, ajouter un bouquet garni, mouiller d'un grand verre de vin blanc et mettre au four avec sel et poivre dessus, les faire cuire ainsi en arrosant très souvent et en les beurrant pendant trente à trente-cinq minutes. Les servir autour d'épinards au beurre avec leur cuisson réduite.

TRANCHE D'ESTURGEON EN COCOTTE

Prendre une tranche ou darne de deux ou trois livres, ôter la peau en passant un couteau dessous, et piquer la chair de lardons, ou la barder d'une fine lamelle de lard gras ; la faire revenir en cocotte au beurre, avec autour oignons et carottes en rouelles et quand les légumes sont un peu jaunis, mouiller d'un verre de vin blanc un décilitre de purée de tomate, saler, poivrer, couvrir et laisser braiser lentement trois quarts d'heure. Servir avec la sauce et un légume, champignons, courgettes, ou pommes de terre.

LE FLÉTAN

Appartient à la famille des *Pleuronectidés*, de même que la barbue à laquelle il ressemble, mais avec une forme plus allongée ; le flétan arrive à atteindre des dimensions gigantesques, sa chair très blanche n'a pas de consistance ; mais étant court-bouillonné et présenté entier il fait encore son petit effet sur la table.

On ne peut guère cuisiner ce poisson à cause de la fragilité de sa chair, on le sert au court-bouillon avec une sauce un peu relevée ou encore on le fait frire soit en tranches soit entier s'il est petit, mais il est rare d'en rencontrer de dimensions à frire.

LE GRONDIN

Ce poisson (voir fig. 28, page 23), très connu de toutes nos ménagères, appartient à la famille des *Triglidés*. On les appelle aussi des trigles ; il y en a de deux sortes, les gris et les rouges ; ces derniers sont plus appréciés ; ce sont des poissons très communs, ainsi appelés parce qu'ils font entendre une espèce de grognement quand on les sort de l'eau ; la chair en est ferme, le corps épineux et la tête assez grosse

pour l'ensemble. Le grondin constitue un des éléments de la bouillabaisse ; il se cuit entier ou en filets, et en morceaux ; il se prépare en matelote au vin blanc ou rouge. Bien qu'il soit appelé parfois rouget il ne faut pas le confondre avec le délicieux rouget-barbet.

FILETS DE GRONDINS AUX TOMATES

Couper la tête et lever les filets de trois grondins de 150 à 200 gr., les fariner et les cuire à la poêle avec moitié beurre et moitié huile, soit trois cuillerées de chacun, les assaisonner de sel et d'un tour de moulin à poivre, les dorer convenablement sur les deux faces, puis les dresser en plat que l'on tient au chaud pendant que l'on fait cuire dans le beurre qui reste dans la poêle 500 gr. de tomates coupées en quartiers et vidées; assaisonner de sel, poivre et pointe d'ail (si l'on veut), cuire à bon feu cinq à huit minutes et verser cette fondue de tomates sur le poisson ; persil haché dessus.

LE HADDOCK

Ce délicieux poisson fumé (voir fig. 5, page 19) n'est autre que l'églefin dont nous parlons plus haut. C'est d'Angleterre que nous vient ce poisson, mais il se fait aussi dans tous les pays nordiques. C'est un mets délicat pour qui ne déteste pas le goût de fumé qui n'est d'ailleurs pas très prononcé.

Le haddock se fait cuire simplement à l'eau sans sel ou très peu et se sert avec du beurre fondu, non cuit, ou une sauce crème ou hollandaise. Il faut servir en même temps des pommes de terre à l'anglaise.

Si l'on tient à bien conserver l'arome de ce poisson on se contente de le mettre au four chaud dans un plat après l'avoir seulement humecté d'eau, mais sans qu'il baigne.

LE HARENG

Le plus populaire des poissons (voir fig. 16, page 21), qui appartient à la famille des *Clupéides*, comme l'alose, la sardine, l'anchois, les spratts, etc. C'est un poisson saisonnier d'automne et d'hiver, qui voyage par bancs au moment de la ponte, soit d'octobre à avril ; en d'autres temps ils vivent sur les fonds de mer.

La cuisine ménagère y peut faire de fréquents emprunts, car c'est un poisson bon marché, ou qui devrait l'être. Il y a des harengs laités et d'autres œuvés, qui ont chacun leurs amateurs. Voici donc quelques formules simples.

HARENGS A LA BOULONNAISE

Faire pocher les harengs au vin blanc, retirer ensuite les laitances, les écraser, et les mélanger, ainsi que la cuisson réduite, à une sauce Soubise ; verser sur les harengs. Persil haché.

HARENGS A LA DIABLE

Battre un blanc d'œuf avec un peu de moutarde en poudre et de sel, fariner les harengs, les tremper dans cet œuf et les rouler dans la mie de pain, ensuite les ranger sur un plat de métal et les arroser de beurre ; cuire à four bien chaud en les arrosant plusieurs fois. Les servir simplement avec beurre fondu avec une pointe de cayenne délayé dedans.

HARENGS GRILLÉS SAUCE MOUTARDE

C'est la recette la plus généralement mise en pratique. Vider, écailler et essuyer les harengs ; s'ils pèsent plus de 100 gr., les ciseler de chaque côté (voir ce mot, p. 22), les fariner et les cuire soit au gril soit à la poêle ; si c'est au gril il faut huiler les poissons, mais la plupart du temps on les cuit à la poêle tout en leur laissant ce nom de : grillés, qui fait mieux.

On les sert bien brûlants avec une sauce moutarde à part (voir sauces).

HARENGS GRILLÉS MAITRE-D'HÔTEL

Procéder comme ci-dessus et les servir sur un beurre maître-d'hôtel.

HARENGS MARINÉS

Voir le chapitre des hors-d'œuvre (p. 37).

HARENGS A LA MEUNIÈRE

Procéder comme il est dit à la recette initiale des poissons meunière placée en tête de ce chapitre.

LA LAMPROIE

Nous avons encore ici un spécimen de poisson de mer qui remonte dans les fleuves en avril-juin pour effectuer la ponte ; la lamproie, malgré sa ressemblance avec l'anguille, n'appartient pas à la même

famille ; elle appartient à la famille des *Pétromyzontidés*, laquelle ne compte d'ailleurs que ce seul spécimen. Cependant, là encore les savants qui se sont livrés à l'étude des poissons ne sont pas d'accord ; les uns prétendent, comme Linné, que la lamproie vit alternativement en eau douce et en eau salée, d'autres affirment que ce poisson vit constamment en rivière ; mais si cela était on en pourrait pêcher toute l'année, ce qui n'est pas le cas. Ses orifices branchiaux sont caractérisés par sept trous de chaque côté de la tête, sa bouche forme ventouse.

LAMPROIE EN MEURETTE

C'est là un plat délicieux de la région du sud-ouest ; il faut une lamproie vivante, la suspendre par la tête, la saigner en recueillant le sang, la dépouiller en l'ébouillantant puis la vider et couper en tronçons ; faire une sauce avec 2 oignons en quartiers bien rissolés au beurre ou graisse d'oie. Mêler deux cuillerées à potage de farine, laisser roussir, mouiller d'une bouteille de bon vin blanc, assaisonner et mettre dedans les morceaux de lamproie. Éplucher et couper en morceaux longs comme le doigt, 500 gr. de blancs de beaux poireaux, laver et les faire revenir un peu puis les ajouter au poisson. Cuire deux heures et pour servir lier avec un léger beurre manié.

LE LIEU

Ce poisson dont le nom n'est pas connu du grand public n'est autre que le merlan jaune qui se nomme ainsi dans certaines régions, de même que le poisson connu à Paris sous le nom de colin s'appelle sur toute la côte ouest : le merlu.

LA LIMANDE

Famille des *Pleuronectidés ;* il y a deux espèces de limandes (voir fig. 13, page 21), la limande grise et la limande-sole qui est plus allongée, plus fine de chair et qui remplace la sole dans la bonne cuisine journalière. Ce poisson se traite comme le carrelet ou la plie (voir carrelet).

On peut donc appliquer aux limandes-soles les recettes les plus simples que vous trouverez aux filets de soles.

LA LOTTE DE MER

De son vrai nom : baudroie, de la famille des *Lophiidés* (voir fig. 29, page 23), est un poisson qui sans être classé dans les poissons fins, loin de là, est un poisson avantageux et qui se traite en sauces de

Daurade Noémie →

toutes sortes : un peu fade de son naturel, on peut dire de lui que c'est la sauce qui fait manger le poisson.

Il peut se cuire au court-bouillon et s'accompagner d'une sauce aux câpres ou autrement, mais le mieux est de le servir en filets escalopés cuits au vin blanc avec sel, poivre et échalotes émincées, puis servir nappés de sauce soit Dugléré, soit vin blanc, ou toute autre.

Par exemple : *Filets de lotte aurore.*

Pocher les escalopes de lotte au vin blanc, faire une sauce blanche au lait à laquelle on ajoute la cuisson très réduite et assez de purée de tomates pour obtenir une sauce orangée comme couleur ; la beurrer et la relever fortement ; bien égoutter les filets et les napper de sauce.

FILETS DE LOTTE A LA BONNE FEMME

Couper 750 gr. de lotte de mer en filets, les cuire au vin blanc, bien assaisonnés. Faire une petite sauce hollandaise avec deux jaunes d'œufs, et cuire avec citron et beurre 250 gr. de champignons émincés ; réduire des trois quarts la cuisson du poisson et l'ajouter à la sauce, avec les champignons et du persil haché. Couvrir le poisson avec cette sauce et le passer cinq minutes à four très vif pour le dorer dessus. Tous les filets de poissons peuvent se faire ainsi.

NOTE DE L'AUTEUR. — En raison de l'eau que rend ce poisson en cuisant, ne mettre qu'un peu de vin blanc pour le cuire ; et pour ce même motif, ne pas le faire frire ni meunière autant que possible. Il est très bon au gratin (voir carrelet, p. 87).

LES LOUPS DE MER

Ce sont des sortes de petits bars qui appartiennent d'ailleurs à la même famille des *Percidés.* Ils fréquentent surtout les côtes rocheuses de la Méditerranée ; les loups ne dépassent pas 150 gr., au-dessus ils deviennent des bars, qui sont des poissons recherchés, pour les dîners où l'on veut présenter de belles pièces entières.

Les petits loups se font griller ou pocher au vin blanc et se servent aussi froids.

Voici une préparation qui leur convient très bien.

LOUPS DE MER A LA FRANCINE

Les ciseler, fariner et cuire à la poêle avec beurre et huile, puis les dresser en plat long, jeter dans la poêle de cuisson 250 gr. de tomates pelées vidées et hachées grossièrement, les assaisonner et poudrer de

fines herbes hachées, puis étant bien fondues les verser sur les poissons que l'on entoure de pommes de terre paille, c'est-à-dire coupées en fine julienne et frites très sèches.

LOUPS DE MER SAUCE GRIBICHE

Il faut les faire pocher dans un petit court-bouillon bien relevé et si possible additionné d'un peu de céleri.

La sauce qui est froide se fait en hachant un oignon très finement, ainsi que des fines herbes, faire une vinaigrette à laquelle on ajoute deux cuillerées à potage de court-bouillon des poissons et le blanc d'un œuf dur coupé en filets fins. Cette sauce peut être moutardée légèrement suivant les goûts et elle se sert froide même si l'on sert le poisson chaud.

LE MAQUEREAU

Ce poisson appartient à la famille des *Scombridés* (voir fig. 15, page 21). Sa chair est grasse comme celle du hareng, du thon, de la bonite, etc., et il ne convient pas à tous les tempéraments en raison de sa forte teneur en lipides (matières grasses), mais pour ceux qui peuvent en manger il est très nutritif et a du reste de nombreux amateurs, surtout les petits maquereaux de Dieppe que l'on fait griller.

Il peut subir quelques apprêts qui le feront encore mieux apprécier.

MAQUEREAUX BOUILLIS SAUCE PERSIL

Cette préparation est surtout appliquée quand l'on a de gros poissons; les couper en tronçons et les cuire au court-bouillon, puis les servir avec une sauce blanche ménagère additionnée de pas mal de persil haché.

MAQUEREAUX GRILLÉS MAITRE-D'HÔTEL

Même procédé que les harengs du même nom.

FILETS DE MAQUEREAUX MIREILLE

Assaisonner les filets, les fariner et les cuire à la poêle à l'huile brûlante. Quand ils sont cuits, les dresser sur plat, changer l'huile et jeter dedans, quand elle est brûlante, une poignée de champignons crus hachés, un oignon, une échalote et un peu d'ail également hachés ; faire bien rissoler le tout et verser sur les filets ; les arroser d'un filet de vinaigre brûlant, entourer le poisson de tomates coupées et sautées à l'huile, semer du persil sur l'ensemble.

FILETS DE MAQUEREAUX VÉNITIENNE

Cuire les filets au vin blanc et les napper d'une sauce blanche aux fines herbes additionnée de ce vin blanc réduit. Semer dessus cerfeuil et estragon hachés et border de pommes de terre à l'anglaise. Tenir la sauce épaisse en raison du vin blanc qui l'éclaircira.

LE MERLAN

Poisson démocratique par excellence, un peu plus relevé que le hareng comme finesse de chair, mais comme lui accessible aux bourses anémiées.

Il appartient à la famille des *Gadidés*, comme le colin, les gades, les Saint-Pierre, églefin, etc. Il se prête à de multiples apprêts culinaires et sa chair sert parfois à faire des farces et des quenelles de poissons.

FILETS DE MERLANS A LA ORLY

Détacher les filets de merlans, ôter la peau, les fendre en deux et les mariner avec sel, poivre, citron et persil. Les tremper un à un dans une pâte à frire, les frire à l'huile brûlante et les servir avec sauce tomate.

MERLANS A L'ANGLAISE

Procéder comme ci-dessus mais les cuire au beurre à la poêle au lieu de les faire frire ; bien les dorer et servir avec du beurre fondu et des pommes de terre nature. On peut aussi les paner.

MERLANS A LA BERCY

Faire chauffer au beurre une cuillerée d'échalotes hachées, puis y verser un verre de vin blanc, le réduire de moitié par ébullition et ajouter un peu d'eau pour remplacer le vin évaporé, saler, poivrer, mettre du persil haché et lier très légèrement avec du beurre manié avec une cuillerée à café de farine ; la sauce doit être clairette, la verser sur les merlans crus nettoyés, salés et poivrés, et rangés dans un plat creux à gratin, le poisson doit être assez copieusement saucé, semer de la mie de pain et mettre à four bien chaud ; la cuisson et le gratinage doivent aller de pair.

NOTA. — Tous les poissons ou filets de poissons peuvent se présenter de même.

MERLANS A LA BRETONNE

C'est exactement la même préparation, mais on met en plus dans la sauce Bercy une fine julienne de carottes, oignons, blanc de poireaux et champignons. Cette julienne cuite d'abord au beurre à l'étuvée ; pour le reste s'en référer à la recette précédente.

MERLANS EN BROCHETTE

Passer un couteau le long de l'arête en remontant de la queue à la tête de chaque côté, puis couper l'arête au ras de la tête qui reste avec les deux filets adhérents ; les laver, éponger, assaisonner, les fariner et paner à l'œuf battu et mie de pain blanche, puis rouler les filets sur eux-mêmes jusqu'à la tête et les maintenir ainsi en les traversant d'une brochette ; les faire frire au moment et les servir sur serviette avec ou sans les brochettes, en les accompagnant de persil frit et sauce tomate beurrée.

MERLANS A LA COLBERT

Fendre les merlans tout le long du dos et les désosser en retirant délicatement l'arête, les assaisonner intérieurement, les fariner et les paner en les trempant dans l'œuf battu et dans la chapelure, les faire frire à l'huile brûlante et étant bien égouttés, introduire à la place de l'arête une noix de beurre Colbert (voir beurres composés, p. 51).

MERLANS FRITS

Observer les prescriptions données pour la conduite des aliments frits (voir p. 40), c'est-à-dire les ciseler s'ils dépassent 100 gr., puis les tremper au lait salé et les rouler dans la farine. Bien les secouer pour faire tomber l'excédent de farine et les cuire à friture brûlante et peu à la fois pour ne pas la refroidir. Les tenir bien croquants et bien dorés, les dresser et servir sitôt frits avec citron et persil frit.

MERLANS A LA LYONNAISE

Faire cuire les merlans à la poêle comme pour la meunière ; dans une autre poêle faire fondre et jaunir au beurre tout doucement une assez forte proportion d'oignons hachés ; quand ils sont cuits, les mouiller d'un demi-verre de vin blanc, laisser bien cuire un quart d'heure, puis ajouter un filet de vinaigre et verser sur les merlans, semer du persil.

MERLANS A LA MEUNIÈRE

Passer les merlans au lait salé et les rouler dans la farine puis les cuire à la poêle au beurre brûlant sans être coloré. Si les merlans dépassent 100 gr., les ciseler ; bien dorer chaque côté, dresser les poissons sur plat chaud, les arroser de jus de citron et verser du beurre noisette dessus, persil haché semé et bordure de minces lames de citron autour du plat. Cet apprêt simple et sans prétention s'applique à tous poissons, filets ou tranches de poissons.

MERLANS SUR LE PLAT

Ranger les poissons dans un plat creux à four, avec un semis d'échalotes hachées au fond du plat, les saler, poivrer, persiller et les arroser copieusement de vin blanc, semer de la mie de pain, arroser de beurre et cuire à four très chaud. Servir de suite.

MERLANS AU VIN BLANC

Faire cuire sans bouillir (pocher) quatre merlans arrosés d'un demi-verre de vin blanc, saler et poivrer. Donner environ dix minutes de cuisson pour des merlans de 125 gr. Préparer pendant ce temps une sauce blanche (voir sauces), puis quand les merlans sont pochés, égoutter leur cuisson et la faire réduire à grands bouillons jusqu'à ce qu'il n'en reste plus que deux cuillerées à soupe et l'ajouter à la sauce blanche, verser sur les merlans.

Tous les poissons peuvent être présentés de même.

QUENELLES DE MERLANS EN SAUCE

Ces quenelles se font en farce soit à la panade, soit farce mousseline (voir farces, p. 53 et suiv.), elles se moulent à la cuiller à soupe ou dans des moules à barquettes, se cuisent à l'eau comme il est dit à la même notice et se servent nappées d'une sauce de poisson dont les arêtes et débris constituent l'élément. Ce peut être une sauce Nantua, crevettes, vin blanc, Soubise, Mornay, etc., de même que ces quenelles peuvent se dresser dans un vol-au-vent ou une croustade ou comme garniture autour d'un gros poisson, comme la carpe Chambord, par exemple.

LA MORUE

C'est certainement le poisson (voir fig. 1, page 19) qui atteint la plus forte consommation, et comme il peut se préparer de multiples façons, c'est certainement un des plus intéressants pour la cuisine

familiale. C'est un aliment de premier ordre, reconstituant, nutritif, sain et dont la valeur en calories est supérieure à celle du bœuf.

Nos braves pêcheurs bretons vont nous les pêcher jusqu'à Terre-Neuve, Saint-Pierre-et-Miquelon.

La morue qui, fraîche, est le cabillaud et l'aiglefin, appartient à la grande famille des *Gadidés.*

La morue peut se cuire par pochage, par friture ou à la poêle. Lorsqu'elle est cuite à l'eau il faut surtout éviter l'ébullition ; on la fait pocher ce qui veut dire cuire sans bouillir.

BOUILLABAISSE DE MORUE

Pour dix personnes : faire fondre à blanc 125 gr. d'oignons, 75 gr. de blanc de poireaux et 25 gr. d'ail haché dans un décilitre et demi d'huile. Mouiller avec un litre trois quarts d'eau, mettre 2 gr. de poivre, 10 ou 15 fléchettes de safran, un fort bouquet garni composé de persil, de thym et de laurier. Faire bouillir. Ajouter 500 gr. de pommes de terre de Hollande coupées en rondelles épaisses, laisser cuire 15 minutes. Ajouter alors 1 kg. 500 de morue épaisse, blanche et dessalée que vous aurez coupée en morceaux de 4 à 5 cm. de côté et un décilitre d'huile. Continuer la cuisson à feu vif jusqu'à ce que la morue et les pommes de terre soient à point, ce qui demande un quart d'heure. Quelques secondes avant la fin de la cuisson, jeter deux fortes pincées de persil haché. Servir avec des tranches de pain grillées frottées à l'ail.

BRANDADE DE MORUE

Prendre 500 gr. de morue bien blanche et la faire pocher sans la laisser trop cuire. Bien l'éplucher et l'effeuiller ; la mettre dans une casserole contenant un décilitre d'huile brûlante et bien la travailler à la spatule pour l'écraser. Ajouter une gousse d'ail broyée puis, petit à petit en la travaillant vigoureusement, lui incorporer encore deux décilitres d'huile d'olive brûlante, mais cela par trois cuillerées à potage à la fois, et lorsqu'on a mis et fait absorber à la morue six à huit cuillerées d'huile, on y mélange trois cuillerées de lait bouillant de sorte que l'on doit obtenir comme une pâte ayant la consistance d'une crème épaisse compacte que l'on dresse en dôme, l'entourer de très petits croûtons triangulaires frits à l'huile.

COQUILLES DE MORUE

Prendre la morue cuite, l'effeuiller en petits morceaux.

Préparer une béchamel à laquelle on ajoute du fromage râpé, des champignons.

Mélanger la morue et la sauce, remplir des coquilles, saupoudrer de chapelure et de fromage râpé, ajouter une noisette de beurre et faire gratiner au four.

CROQUETTES DE MORUE

Se font avec un reste de morue cuite et coupée en dés, la mélanger avec une sauce béchamel à laquelle on ajoutera du fromage râpé. Laisser refroidir le tout.

Prendre une cuillerée de ce mélange, rouler en forme de boule, passer dans un œuf battu puis dans la chapelure. Faire frire à l'huile.

Servir les croquettes dorées sur une serviette et entourer de persil en branches.

MORUE A LA BÉCHAMEL

Couper votre morue en carrés, la cuire, l'éplucher et la mettre dans la sauce ci-dessous.

Fondre 125 gr. de beurre dans une casserole, ajouter 35 gr. de farine, cuire ce roux sans le colorer, mouiller avec du lait, jusqu'à consistance convenable : environ demi-litre. Faire bouillir dix minutes, retirer du feu, ajouter un décilitre de crème, mettre alors la morue et servir.

MORUE A LA BÉNÉDICTINE

Après avoir fait pocher 500 gr. de morue, on l'effeuille en retirant les peaux et arêtes, puis on la pile dans un mortier avec 200 gr. de pommes de terre pelées, cuites et bien séchées. Lorsque le tout est bien pilé ensemble, on travaille ce mélange avec le pilon tout en y incorporant peu à peu un décilitre d'huile et 2 décilitres de lait. On assaisonne alors à point cet appareil de morue avec sel fin, si cela est nécessaire, et une petite pincée de poivre blanc moulu. Puis, à l'aide d'une cuiller, on y incorpore un décilitre de crème fouettée bien ferme. On peut se servir de cet appareil de morue pour garnir des bouchées, des croustades ou un vol-au-vent. Si on le sert tel quel, on le verse dans un plat à gratin beurré. On lisse la surface de l'appareil, puis après l'avoir arrosé de beurre fondu et clarifié, on fait gratiner à four chaud.

MORUE AU BEURRE NOIR

Procéder comme pour la raie au beurre noir.

MORUE A LA BISCAIN

Couper en carrés de la morue bien dessalée et la fariner, la jeter dans une poêle contenant de l'huile brûlante et quand la morue est

bien dorée des deux côtés, l'enlever, et mettre à la place une forte proportion de tomates fraîches en quartiers, une gousse d'ail hachée, du persil et du poivre rouge, soit paprika, soit une légère pointe de cayenne ; lorsque les tomates sont bien fondues, y remettre la morue et laisser mijoter le tout dix minutes. Servir.

MORUE A LA CRÈME

La morue doit être fortement dessalée, puis fariner les morceaux et les cuire au beurre dans une poêle, tout doucement pour bien donner le temps à la chaleur d'atteindre le milieu de la morue. On en ouvre un morceau, pour voir si au centre la chair est bien blanche; si elle est rosée, laisser cuire un peu plus. Quand la morue est à point, elle doit être à peine dorée, la mettre sur le plat et verser dans la poêle 150 gr. de crème de lait épaisse, pour 500 gr. de morue, ajouter un filet de vinaigre et faire fortement bouillir deux minutes ; poivrer légèrement, *saler s'il le faut* et verser sur le poisson.

MORUE AUX ÉPINARDS

Dessécher au beurre des épinards hachés, y ajouter une pointe d'ail et les lier avec une petite quantité de béchamel, assaisonner sans mettre trop de sel, ajouter la morue cuite et bien effeuillée. Bien broyer le tout ensemble, puis verser dans un plat à gratin, saupoudrer de chapelure ; arroser d'huile et faire gratiner à four vif.

MORUE A LA FERMIÈRE

Faire cuire la morue et faire cuire aussi quelques pommes de terre au four. Vider celles-ci et piler la pulpe avec la morue bien soigneusement épluchée, ajoutez-y un bon morceau de beurre frais, du persil et de l'ail haché finement. Il faut une quantité presque égale de pommes de terre et de morue. Ajoutez-y un peu de crème ou de lait. Mettre en plat à gratin. Poudrer de fromage et chapelure et faire gratiner.

MORUE FRITE

Prendre des filets de morue dessalés, les détailler de la grosseur du doigt, les tremper dans du lait, puis les passer à la farine et les faire frire à l'huile très chaude. Servir avec une purée de pommes de terre ou une sauce tomate.

MORUE AU GRATIN

Couper la morue en carrés, la faire blanchir et égoutter. La passer dans du lait et la rouler dans la farine. La faire dorer dans un peu de

beurre et d'huile. La dresser sur un plat, l'entourer de moules et de champignons, verser dessus une sauce béchamel et la faire gratiner au four.

MORUE A LA MARSEILLAISE

Mettre au fond d'une casserole 25 grammes de beurre, des oignons hachés finement, des câpres, un anchois, du persil, du poivre, deux gousses d'ail, une cuillerée de sauce tomate. Mettre la morue sur ce lit, ajouter un peu de beurre, couvrir hermétiquement et laisser cuire une heure.

MORUE A LA MÉNAGÈRE

Faire dessaler la morue pendant vingt-quatre heures en changeant l'eau plusieurs fois ; la couper ensuite en morceaux et la faire cuire sans bouillir dans de l'eau non salée. Dès qu'elle est sur le point de bouillir, la retirer sur le côté du feu et l'y laisser une dizaine de minutes. Avant de cuire la morue, on aura fait cuire des pommes de terre en robe des champs, puis on prépare une sauce béchamel dans laquelle on ajoute un gros oignon haché fin et cuit doucement au beurre, sans qu'il soit coloré, la sauce doit être ensuite éclaircie avec un peu de la cuisson de la morue. Peler et couper en tranches les pommes de terre, effeuiller la morue par-dessus en supprimant peaux et arêtes et verser la sauce sur le tout, après l'avoir relevée d'un peu de poivre.

MORUE A LA MILANAISE

Bien dessaler la morue et couper les filets en morceaux carrés ; les battre légèrement avec le plat du couteau puis les passer dans la farine, dans l'œuf battu et dans la mie de pain blanche mélangée de fromage de parmesan râpé, les cuire au beurre bien chaud et les servir dorés arrosés de beurre et de jus de citron. Servir en même temps une sauce tomate.

MORUE A LA PARMENTIER

Préparer 300 gr. de purée de pommes de terre, y ajouter du poivre, de la muscade, 25 gr. de beurre et une cuillerée de crème. Dresser cette purée en couronne dans un plat allant au four.

Faire blanchir de la morue, la mélanger d'une sauce béchamel à laquelle on devra ajouter du fromage râpé.

Emplir l'intérieur de la couronne de cette préparation, saupoudrer de chapelure, de fromage et de beurre. Faire dorer au four.

MORUE A LA PASCAL

Prendre un beau morceau de morue bien dessalée. Le passer dans de la crème (ou du lait), puis dans la farine. Le faire cuire à la poêle à l'huile très chaude. Laisser dorer et cuire lentement. Servir avec une couronne de moules frites, jus de citron et une bonne sauce rémoulade. (Moules frites : les faire ouvrir, les éponger dans un linge, les faire mariner avec de l'huile, du citron, du persil haché, du poivre et une pointe d'ail, les faire égoutter ensuite. Battre deux œufs, du sel, une pointe de sucre, deux cuillerées de farine. Jeter les moules dans ce mélange et les faire frire à l'huile).

MORUE A LA PERSILLADE

Faire blanchir la morue. La dresser sur un plat avec des pommes de terre bouillies. L'arroser de beurre frais avec du sel, du poivre, jus de citron et du persil haché. On peut également remplacer le beurre frais par le beurre noir.

MORUE A LA PROVENÇALE

Faire sauter dans un décilitre et demi d'huile un gros oignon haché, quatre tomates pelées, pressées et concassées, ajouter une pointe d'ail broyé, une pincée de persil, 125 gr. d'olives noires dénoyautées, sel, poivre, et la morue fraîchement cuite et effeuillée. Laisser mijoter dix minutes.

MORUE EN RAGOUT A LA PROVENÇALE AUX POMMES

Faire roussir un oignon haché, deux tomates, deux gousses d'ail et un bouquet garni. Ajouter une cuillerée de farine et mouiller à l'eau. A l'ébullition, ajouter des pommes de terre coupées en rond, puis la morue dessus. Faire cuire à la bouche du four et servir avec du persil haché et une pointe d'ail.

MORUE SAUTÉE A LA LYONNAISE

Prendre 500 gr. de filet de morue, la couper en morceaux pas trop gros que l'on farine et fait cuire légèrement au beurre.

Pendant ce temps, émincer deux ou trois oignons et les faire blondir au beurre, dans une poêle ; y ajouter quelques rouelles de pommes de terre cuites à l'eau, puis la morue bien épluchée. Faire sauter quelques minutes le contenu de la poêle, puis l'arroser d'un filet de vinaigre,

le verser sur un plat chaud et le servir avec un peu de persil haché dessus.

On peut aussi faire cuire la morue coupée, directement au beurre.

MORUE SAUTÉE AUX TOMATES

La morue étant dessalée et coupée en carrés, il faut la fariner, mettre les morceaux dans un beurre brûlant à la poêle, et les cuire ainsi pas trop vite ; il faut douze à quinze minutes pour la cuisson, puis mettre le poisson dans un plat et jeter dans le beurre qui a servi à le cuire 500 gr. de tomates (pour 1 kilo de morue) pelées, vidées et hachées grossièrement. Quand la tomate est cuite, assaisonner pas trop fort en sel, poivre, persil haché et, si l'on veut, un peu d'ail haché fin. Donner encore quelques secondes de cuisson et verser sur la morue.

LA MOSTELLE OU LOCHE DE MER

Même famille des *Gadidés*, ce poisson reste généralement localisé sur les côtes où on le pêche sous les pierres plates à marée basse. Il se cuisine comme les merlans.

Il y a aussi une espèce similaire en eau douce, qui est la loche de rivière, mais n'a rien de transcendant; se mélange généralement aux perches ou tanches pour faire des matelotes.

LA MOURINE

Appartient à la famille des *Trygonidés*, affecte la forme de la raie, mais possède au milieu de la queue un aiguillon venimeux. Se traite comme la raie.

LE MULET

Appelé aussi : muge, ressemble au bar, mais les écailles sont plus larges, et ce poisson (voir fig. 19, page 22) n'a pas l'aspect de poisson fin qu'a le bar qu'il remplace parfois, moins la qualité.

Appartient à la famille des *Mugilidés*, se nourrit de toutes les matières organiques dans les estuaires et les ports qu'il fréquente de préférence, ce qui l'a fait surnommer par les cuisiniers : le cochon de mer. Il peut subir les mêmes recettes que le bar, et se mettre aussi en matelote, surtout les petits.

Voici encore quelques formules qui lui conviennent en raison de leurs compositions relevées qui corrigent son peu de goût.

MULETS A LA GITANE

Faire bouillir à l'eau une dizaine de minutes la moitié d'un pied de fenouil, le rafraîchir et l'émincer ; le mettre au fond d'un plat long à four, huilé fortement, en le mêlant de deux beaux oignons émincés, de quelques tomates pelées, vidées et coupées en tranches ainsi que d'un gros piment vert dit : poivron; faire fondre le tout, dans l'huile du plat, puis mettre le mulet dessus, l'arroser d'un doigt de Xérès, saler, poivrer et mettre au four couvert d'un papier huilé, cuire une bonne demi-heure pour un poisson de 2 à 3 livres en arrosant plusieurs fois et servir dans le plat même.

MULETS A LA RIVIERA

Fariner et cuire à la poêle au beurre des petits mulets de 300 gr. ou si l'on a de plus gros poissons, il convient de les faire en filets. Les relever dans le plat de service et faire cuire dans la poêle même quelques tomates pelées et hachées, un peu d'échalotes, persil, thym et laurier pulvérisés, cuire un instant puis mouiller d'un peu de vin blanc et beurrer ; verser sur les poissons, y semer un peu de chapelure, arroser d'huile ou beurre et passer quelques minutes au four. Servir.

Le mulet peut aussi se faire à l'oseille comme l'alose, mais il est bon de le griller une dizaine de minutes avant de le mettre sur l'oseille.

LE NONNAT

Ce petit poisson absolument minuscule et transparent ne se voit pas beaucoup en dehors du littoral de la Méditerranée, il se fait frire à friture très brûlante en se conformant à ce qui est dit pour la cuisson des poissons par la friture (voir p. 40).

Appartient à la famille des *Gobéidés.*

L'ORPHIE

Ce poisson étrange par son espèce de bec allongé et fendu entièrement, et aussi par la couleur verte de sa chair, qui en éloigne bien des gens ; cependant sa chair est bonne ; il appartient à la famille des *Scombresocidés ;* comme on en voit rarement sur nos marchés nous ne le citons que pour mémoire.

LE PERROQUET DE MER

Très joli poisson à cause de sa couleur rouge très vive, on l'appelle dans le midi roucaous ou rochier, parce qu'il fréquente surtout les rochers; c'est un poisson de mers chaudes de la famille des *Labridés.* Le perroquet a sa place dans la bouillabaisse (voir fig. 37, page 25).

LA PLIE

Même genre que la limande ou le carrelet, le flétan, etc. (voir fig. 14, page 21), dont nous avons parlé; appartient comme ces derniers à la famille des *Pleuronectidés*. Se traite comme le carrelet ou le flétan, par la friture, si elle est petite, ou se cuisine en filets ou entier (voir carrelet, p. 87).

LA RAIE

On distingue la raie commune et la raie bouclée (voir fig. 23, page 22), ainsi nommée en raison de petits écussons cornés et garnis d'un piquant recourbé qu'elle a sur le corps. Elle appartient à la famille des *Squatinidés*, mais forme un groupe à part dit : raies ou hypotrèmes. La raie bien connue de nos ménagères doit être consommée fraîche, car sa décomposition est rapide et elle dégage alors une odeur ammoniacale qui la rend immangeable. Elle ne comporte pas beaucoup d'apprêts, c'est le beurre noir qui lui est adjoint, mais il en faut pas mal, et les périodes de restrictions ne lui sont pas favorables. Les petites raies dites : raitons se font frire.

LA RAIE AU BEURRE NOIR

Cuire la raie coupée en morceaux au court-bouillon, puis l'égoutter, et ôter la peau des deux côtés, et aussi les boucles s'il y en a, la mettre sur le plat, la saler, poivrer d'un tour de moulin, semer dessus des câpres au vinaigre et du persil haché, et l'arroser copieusement de beurre bien noir, puis dans la poêle brûlante verser un verre à liqueur de vinaigre en la tenant au bout du bras, car cela pétille et saute; donner un tour de bouillon, et verser sur la raie.

RAIE A LA NORMANDE

Remplacer le beurre noir par 150 à 200 gr. de crème de lait, saler, poivrer, donner un bouillon, arroser la raie et un filet de vinaigre par dessus.

NOTA. — Il est évident que l'on peut servir la raie bouillie avec une sauce soit aux câpres ou autrement, lorsque l'on est restreint pour le beurre ou la crème ; et s'il en reste on peut faire des beignets comme avec les restes de morue.

LA RASCASSE

Poisson de la Méditerranée, la rascasse de la famille des *Trachinidés* est l'élément indispensable de la bouillabaisse marseillaise. C'est un poisson très épineux, d'aspect féroce que les marchandes du vieux port ne manipulent qu'avec circonspection, tant ses piqûres sont venimeuses.

LE ROUGET-BARBET

Dit aussi : *Surmulet* (voir fig. 21, page 22), qu'il ne faut pas confondre avec le rouget grondin qui n'est pas de la même famille, ni de la même qualité.

Le rouget-barbet, qui appartient à la famille des *Mullidés*, est originaire de la Méditerranée où il vit dans les roches. La Manche et l'Océan en produisent aussi qui sont moins fins. Ce poisson est particulièrement recherché des gourmets, qui se contentent de l'écailler, de l'essuyer et le font griller sans le vider ; on le désigne sous le surnom de : bécasse de mer. Mais pour cela il le faut cuire au sortir de l'eau.

Voici quelques recettes le concernant :

ROUGETS A L'ALGÉROISE

Tapisser un plat allant au feu d'une fondue de tomates assaisonnée d'un peu de safran en poudre et mélangée de fenouil haché.

Ranger sur cette fondue les rougets (choisis petits). Assaisonner de sel et de poivre.

Mouiller d'un peu de vin blanc. Arroser d'huile. Faire cuire au four.

Lorsque les rougets sont cuits, les saupoudrer de chapelure, les arroser d'huile, les faire gratiner légèrement. Saupoudrer de persil haché.

ROUGETS A LA FRANCILLON OU MONTE-CARLO

Les griller ou cuire à la meunière, et les dresser sur de minces croûtons de pain taillés de la dimension des poissons, frits au beurre et recouverts de beurre d'anchois (voir : sauces et beurres) assez copieusement. Entourer les rougets d'une couronne de pommes de terre paille.

NOTA. — Voir d'autres recettes au chapitre des poissons froids.

ROUGETS AU GRATIN

Procéder comme les autres poissons au gratin (voir carrelet, p. 87; voir hors-texte, p. 116).

ROUGETS GRILLÉS

Les nettoyer et essuyer et s'ils pèsent plus de 100 gr. il faut les ciseler de chaque côté, les fariner après les avoir salés et les graisser d'huile pour les poser sur le gril bien chaud comme il est expliqué page 41. Les servir avec un beurre à la maître-d'hôtel.

ROUGETS MEUNIÈRE

Les fariner et cuire au beurre à la poêle tout doucement de chaque côté, les dresser et arroser de jus de citron, puis verser dessus du beurre noisette fait dans la poêle de cuisson ; semer du persil haché et border le plat de minces demi-lames de citron.

ROUGETS A LA MONTROUGE

Les cuire à la meunière et les dresser sur une purée de champignons; placer sur chacun deux têtes de champignons grillées au beurre et arroser légèrement les poissons avec quelques cuillerées de crème épaisse chauffée, salée et citronnée.

ROUGETS A LA NIÇOISE (CHAUDS)

Car on les fait froids également et la recette se trouvera au chapitre des poissons froids. Les cuire à l'huile à la poêle et les couvrir d'une fondue de tomates à l'huile et ail. Placer sur chacun deux filets d'anchois en diagonale.

ROUGETS PHOCÉENS

Choisir des rougets de la Méditerranée du poids de 160 grammes et à raison de un par convive.

Les vider (ou non s'ils sont presque vifs), les laver, les éponger et faire dorer rapidement dans une poêle contenant un peu d'huile d'olive. Assaisonner comme il est aux poissons à la meunière.

A demi-cuisson, les retirer et les disposer dans un plat de grandeur appropriée, en terre allant au four et préalablement frotté avec un caïeu d'ail; le fond arrosé d'un peu d'huile d'olive et parsemé d'une cuillerée à potage d'échalote hachée.

Recouvrir les poissons de tranches épaisses de tomates bien mûres et épépinées, de courgettes et d'aubergines, ces deux dernières frites à l'huile. Intercaler et chevaucher ces légumes qui doivent former une véritable couche, assaisonner et finir de cuire au four de bonne chaleur en arrosant avec du vin blanc sec, environ 6 centilitres par poisson.

Ce mets peut être servi chaud ou froid. Le servir dans le plat dans lequel il a cuit. La sauce doit être courte.

René VIAUX, Chef de cuisine,
« *Meilleur Ouvrier de France* ».

ROUGETS A LA PORTUGAISE

Ranger les rougets sur plat un peu creux, les assaisonner et les couvrir avec une fondue de tomates en quartiers, cuites à la poêle avec huile et beurre et assaisonnées de sel, poivre, persil et échalotes hachés, un soupçon d'ail. Quand les tomates sont bien fondues, les mouiller d'un demi-verre de bon vin blanc, faire bouillir cinq minutes puis en recouvrir les poissons, y semer de la chapelure et pousser à four chaud pour cuire le poisson et gratiner le dessus.

LA ROUSSETTE

Ce poisson (voir fig. 25, page 23), appelé aussi chien de mer ou touilles, est de la famille des *Scyllidés*. Les savants le classent parmi les requins, mais il n'est pas le plus féroce; il vit sur nos côtes et sa chair n'est pas désagréable, bien que sans consistance. Il est avantageux n'ayant pas d'arêtes, et avec une bonne sauce il est agréable ; de plus c'est un des meilleurs marchés sur les éventaires. On en trouvera des recettes au chapitre des plats de poissons économiques.

LE SAINT-PIERRE

Ce poisson ne paie pas de mine mais c'est cependant un des plus fins (voir fig. 20, page 22).

Il appartient seul de son genre à la famille des *Zéidés*, on l'appelle aussi : poule de mer et la légende qui s'attache à ce poisson veut que les apôtres qui étaient les disciples de Jésus-Christ, ayant ramené un de ces poissons dans leurs filets, saint Pierre le trouva si laid qu'il le

Rougets au gratin →

rejeta à la mer en le prenant entre deux doigts de chaque côté du corps, et la tache noire que ce poisson a à droite et à gauche ne serait autre que la marque des doigts de saint Pierre. Telle est la légende ; quoi qu'il en soit le poisson est des plus fins mais revient cher parce qu'il a une très grosse tête. Il bonifie la bouillabaisse, et se traite en filets que l'on accommode suivant les recettes simples des filets de soles.

LES SARDINES

Les sardines fraîches (voir fig. 17, page 21), dites aussi Royans, font partie de la famille des *Clupéidés*. La plus grande pêche qu'il y ait lorsque les bancs de sardines sont signalés, c'est au moment de la ponte que les sardines se réunissent en bancs et viennent près des côtes. En temps normal les trois quarts de la pêche sont réservés à la conserve ; les sardines à l'huile font partie des hors-d'œuvre, des déjeuners sur l'herbe, des parties de chasse ou de camping et tout le monde s'en est plus ou moins régalé. On peut aussi les conserver en marinade au vin blanc, mais on les mange aussi fraîches légèrement salées. Un cuisinier marseillais, grand chef de la bonne école, A. Caillat, a écrit un petit ouvrage contenant 150 recettes pour accommoder les sardines.

En voici quelques-unes.

RILLETTES DE SARDINES

Si l'on veut varier ses hors-d'œuvre on pourra présenter les sardines en purée sous forme de rillettes. Les fariner et cuire au beurre doucement puis les débarrasser des têtes, peaux et arêtes et écraser la chair à la fourchette avec un morceau de beurre et l'assaisonnement qui convient. On mettra environ 40 gr. de beurre pour 100 gr. de chair nette. On peut les dresser sur canapés de pain grillés ou les disposer en ravier entourées d'olives dénoyautées ou encore disposer d'un côté du blanc d'œuf haché et de l'autre du jaune.

SARDINES A LA BONNE FEMME

Émincer finement un ou deux oignons suivant grosseur, puis les faire blondir à l'huile d'olive, ajouter deux ou trois tomates, pelées, vidées et coupées, laisser mijoter, mouiller d'un peu de vin blanc, assaisonner, mettre cuire vingt minutes, persil et laurier, puis verser sur plat à gratin, ranger dessus des sardines, poudrer de mie de pain, arroser d'huile et faire gratiner.

SARDINES A LA CAUCHOISE

Choisir d'assez grosses sardines, et lever les filets ; hacher très finement 125 gr. de champignons pour 6 sardines soit 12 filets. Cuire ce hachis avec une noisette de beurre cuit un peu brun, et le lier d'une cuillerée de purée de tomates très concentrée, ajouter une cuillerée de mie de pain émiettée, sel, poivre, fines herbes hachées et mijoter le tout pour obtenir une purée consistante, la laisser refroidir et l'étaler sur les filets qui auront été lavés et essuyés ; placer ceux-ci sur un plat à four, verser quelques cuillerées de bon vin blanc autour et les faire pocher 5 minutes au four ; préparer une petite sauce vin blanc en se servant du vin de la cuisson ; tenir la sauce assez épaisse, beurrer, relever, et verser sur les sardines ; semer une pincée de parmesan dessus et faire gratiner à four vif.

SARDINES FRITES

Les passer au lait, puis les rouler dans la farine et les frire à l'huile brûlante, 3 minutes suffisent, les servir avec quartiers de citron.

SARDINES GRILLÉES MAITRE-D'HÔTEL

C'est la plus simple manière de déguster un Royan et c'est la meilleure ; il faut fariner les sardines bien essuyées, les graisser d'huile et les griller à feu vif 2 à 3 minutes de chaque côté. Les servir sur un beurre à la maître-d'hôtel.

SARDINES A LA HORLY OU ORLY

Supprimer les têtes et fendre les sardines le long du dos pour pouvoir en détacher les arêtes, les assaisonner de sel, poivre, persil haché, fenouil haché et jus de citron, les laisser ainsi mariner une heure ; puis les tremper dans une légère pâte à frire et les plonger à friture brûlante. Quand la pâte est bien dorée et croquante les égoutter, les dresser sur serviette et passer en même temps une sauce tomate beurrée.

LA SOLE

La sole (voir fig. 11 et 12, page 20) appartient à la famille des *Pleuronectidés.*

C'est bien le poisson qui est le plus estimé des gourmets; il l'est aussi des cuisiniers en raison des multiples préparations qui peuvent être appliquées à la sole ou aux filets de soles. C'est de plus un poisson que l'on a toute l'année ; évidemment ce n'est pas un poisson de ménagère obligée de compter avec un budget trop strictement limité,

mais il est tout de même abordable quand on veut faire un petit extra pour traiter des amis. Il y a des recettes très simples qui n'augmentent que de peu le prix d'achat et il y a aussi des recettes recherchées, travaillées pour les jours de fêtes ou de réceptions.

Tout d'abord expliquons le procédé pour parer les soles. Voilà comment on procède : Trancher la tête en la coupant en biais pour réserver plus long le côté opposé du ventre, parce que de ce côté les filets atteignent presque l'extrémité de la tête. Ensuite on fait une légère incision du côté de la peau noire au milieu de la longueur de la queue; gratter avec un couteau de façon à retrousser cette peau jusqu'à ce qu'on puisse la tenir; puis la prendre avec un torchon (pour qu'elle ne glisse pas des doigts) et tirer brusquement de la queue à la tête en maintenant la sole de l'autre main. L'opération doit se faire d'un coup sec, puis couper les nageoires latérales et vider le poisson que l'on lave et essuie ; ceci pour le cas où la sole est servie entière.

BORDURE DE FILETS DE SOLES URBAIN DUBOIS

1° Garnir les parois d'un moule à bordure beurré de douze pièces de filets de soles bien aplatis et assaisonnés.

Placer ces filets en diagonale, en les superposant légèrement les uns sur les autres, et en les faisant déborder du moule à leurs deux extrémités.

Masquer ces filets de soles d'une couche légère de farce de brochet.

Remplir le vide du moule avec des queues d'écrevisses à la Nantua. Sur ce ragoût, qui doit être placé en couche uniforme, mettre une couche peu épaisse de farce de brochet. Ramener sur cette farce les extrémités des filets de sole et bien tasser le tout.

2° Faire pocher au bain-marie, à couvert et à chaleur modérée.

Laisser reposer quelques minutes avant de démouler. Démouler la bordure sur un plat de service rond.

Garnitures : Douze noix de coquilles Saint-Jacques préalablement pochées, divisées chacune en deux escalopes, panées à l'anglaise et frites au beurre clarifié (ces coquilles dressées en buisson au milieu du plat).

Sauce : Sauce normande (napper la bordure avec cette sauce). Mettre sur la bordure douze belles et épaisses lames de truffes. Servir avec le restant de la sauce à part.

COMMENT ON LÈVE LES FILETS DE SOLES

Si l'on veut obtenir des filets de sole, on procède de même des deux côtés pour enlever les deux peaux (voir fig. 55 et 56, page 30) ; on fend alors la sole tout le long de l'arête et on glisse le couteau tout à fait à

plat, de manière à détacher les filets sans couper l'arête ni laisser de chair dessus. Il faut un couteau légèrement flexible et bien détacher le filet d'un bout à l'autre pour ne pas le raccourcir. Chaque sole produit quatre filets et on compte deux filets par personne, en se basant sur des soles de 400 gr. chacune.

NOTA. — Les arêtes et les têtes des soles traitées en filets seront employées pour faire un fumet de poisson qui trouvera son emploi pour la cuisson des filets ou la sauce d'accompagnement.

Et voici des recettes usuelles.

FILETS DE SOLES A L'AMÉRICAINE

Il faut d'abord préparer un petit homard à l'américaine (voir ce mot au chapitre des crustacés), puis faire un fumet de sole; avec ce fumet, faire pocher les filets pliés en deux. Réduire ensuite le fumet pour l'ajouter à la sauce du homard. Dresser les filets de sole en turban, garnir le milieu avec les chairs du homard que l'on aura décortiquées, et arroser le tout avec la sauce américaine bien beurrée, semer du persil haché dessus.

FILETS DE SOLES BONNE FEMME

Faire pocher les filets de soles au vin blanc, les égoutter, ranger sur un plat long pouvant aller à four chaud quelques minutes. Faire réduire fortement la cuisson, et quand il n'en reste plus qu'une cuillerée ou deux, l'ajouter à une sauce hollandaise faite à part, y mettre aussi du persil haché, puis des champignons cuits et émincés en lames. Verser cette sauce sur les filets de soles et passer le plat quelques instants à la salamandre à gaz, pour dorer le dessus. Il faut un feu intense pour que la sauce soit dorée sans tourner.

FILETS DE SOLES BOURGUIGNONNE

Faire pocher les filets de soles avec du vin rouge, sans les plier en deux, puis réduire la cuisson de moitié et la lier avec un gros morceau de beurre pétri avec de la farine à poids égal ; ajouter une cuillerée de glace de viande et un peu de caramel. Saucer les filets et entourer le plat de croûtons de pain frits. Ajouter des champignons à la sauce.

FILETS DE SOLES CAPRICE

Couper en dés très fins une cuillerée à potage de rouge de carotte, autant de truffe et faire étuver quinze minutes au beurre dans une casserole bien couverte ; ajouter alors un verre à madère de bon

madère, laisser mijoter deux minutes, puis verser le tout sur 8 filets de sole pliés en deux et assaisonnés de sel et pointe de cayenne. Faire pocher au four puis réduire la cuisson avec deux cuillerées à potage de béchamel et autant de crème double. Napper les filets avec cette sauce sans la passer et dresser une demi-tomate sautée au beurre sur chaque filet ; dans chaque tomate mettre une tête de champignon cuite et un soupçon de persil haché.

FILETS DE SOLES A LA CARDINAL

Pocher les filets au vin blanc sans les ployer, puis réduire la cuisson à fond et l'ajouter à une sauce cardinal additionnée d'un petit reste de homard coupé en petits dés. Napper les filets de sole avec cette sauce qui peut être forcée en couleur avec quelques gouttes de carmin, mais pas trop.

FILETS DE SOLES AUX CHAMPIGNONS

Plier les filets et les faire pocher avec la cuisson des champignons. Faire réduire la cuisson et l'ajouter à une sauce vin blanc très épaisse. Dresser les champignons au milieu du plat, les filets autour, et napper les filets seulement avec la sauce. Semer du persil haché sur les champignons.

On peut mettre des morilles ou des giroles pour remplacer les champignons.

FILETS DE SOLES CHAUCHAT

Plier les filets et les pocher avec beurre et jus de citron. Masquer le fond du plat de sauce Mornay, dresser les filets en turban ; les entourer de rondelles de pommes de terre épaisses, coupées sur des pommes fraîchement cuites à l'eau salée ; napper filets et garniture de sauce Mornay et faire glacer.

FILETS DE SOLES CÔTE-D'AZUR

Couper en filets très fins une carotte, un oignon, une tranche de céleri, une échalote, ou 2 oignons et un peu de truffe. Faire cuire ces légumes avec un peu de beurre dans une petite casserole hermétiquement fermée, pendant 8 à 10 minutes, puis ajouter un verre de madère, un décilitre de fumet de sole, et verser cette matignon sur 8 filets de soles ployés en deux dans un plat à feu. Les couvrir de papier beurré et cuire au four 12 minutes. Égoutter alors la cuisson, la réduire en plein feu avec 200 gr. de crème épaisse et 3 cuillerées de béchamel. Quand la sauce est bien crémeuse, la retirer, goûter et

compléter en relevant l'assaisonnement. Dresser les filets de soles sur plat long et les napper copieusement de la sauce sans la passer. Les entourer d'une couronne de moules à la Villeroi (voir moules) et queues de langoustines alternées.

FILETS DE SOLES DEAUVILLE

Pocher les filets avec le fumet de poisson, le réduire et l'ajouter à une sauce crevettes. Napper les filets avec cette sauce, dans laquelle on aura mélangé les queues de crevettes décortiquées. Piquer une crevette rose sur chaque filet.

FILETS DE SOLES GEORGETTE

Faire cuire au four ou en robe des champs autant de belles pommes de terre de Hollande que l'on veut servir de filets de soles. Les vider en réservant un couvercle, puis garnir le fond avec un salpicon de queues d'écrevisses ou de crevettes. Placer par-dessus un filet de sole poché au vin blanc et napper de sauce Nantua. Remettre le couvercle et dresser sur serviette avec buisson de persil bien vert.

FILETS DE SOLES GRAND DUC

Plier et pocher les filets au vin blanc ; faire réduire la cuisson et l'ajouter à une sauce Mornay serrée. Dresser les filets sur croûtons dans un plat rond, en tenant les pointes tournées vers le milieu ; les napper de sauce, poudrer de fromage et faire glacer à four vif ; placer entre chaque filet un bouquet de pointes d'asperges sautées au beurre.

FILETS DE SOLES GRANDGOUSIER

Lever les filets de 2 soles, les battre et les faire dégorger à l'eau froide, puis les éponger, les ployer en deux, les faire pocher avec un excellent vin blanc sec et deux cuillerées à soupe de fine champagne, après avoir semé dessus 200 gr. de champignons crus émincés.

Lorsqu'ils sont pochés, égoutter la cuisson, la réduire des trois quarts, lui ajouter alors une cuillerée à potage de tomate en purée, et 250 gr. de tomates fraîches pelées, vidées et coupées menues et fondues au beurre, l'ensemble étant crémeux, le monter au beurre hors du feu; relever l'assaisonnement d'une pointe de paprika. Dresser sur plat long chaud, napper copieusement avec cette sauce, puis disposer autour une huitaine de quartiers d'artichauts, petits, blanchis un quart d'heure, puis finis de cuire à couvert au beurre; dans chaque quartier d'artichaut piquer une belle crevette bouquet (queue décortiquée) et border le plat de croissants feuilletés.

FILETS DE SOLES A LA JOINVILLE

Farcir les filets de soles avec une farce de merlans (voir p. 54); les plier en deux et les faire pocher avec le fumet de poisson ; les dresser en turban et mettre au centre une garniture de crevettes ; champignons et truffes. Napper le tout de sauce crevettes, additionnée du fumet de poisson réduit, poser une lame de truffe sur chaque filet de sole.

FILETS DE SOLES A LA MARCELLE

Plier en deux et pocher au fumet de poisson 8 filets. Faire cuire deux litres de belles moules, les éplucher et les passer au tamis. Ajouter cette purée à une sauce vin blanc. Napper les filets et semer dessus des truffes coupées en petits filets.

FILETS DE SOLES MARGUERY

Cuire au fumet de poisson au vin blanc très réduit les filets de soles laissés en long. Les égoutter, les éponger, les dresser sur un plat allant au feu.

Les entourer d'une garniture composée de moules pochées au vin blanc, bien égouttées, de queues de crevettes épluchées et de champignons.

Napper de sauce au vin blanc additionnée de fumet de poisson réduit à glace.

Glacer vivement, au four brûlant, ou sous la salamandre.

FILETS DE SOLES A LA MARINIÈRE

Préparer des moules à la marinière (voir ce mot) et se servir de leur cuisson pour faire pocher les filets de soles. Réduire ensuite la cuisson en plein feu avec un bon morceau de beurre frais et une pincée de persil haché. Dresser les filets de soles qui doivent être pliés en deux dans des barquettes en pâte brisée que l'on a garnies avec les moules. Napper les filets avec la sauce, semer du persil haché dessus.

FILETS DE SOLES A LA MONTROUGE

Pocher les filets au fumet de poisson sans les plier, les dresser sur une purée de champignons cuite, les napper avec une sauce Mornay épaisse additionnée du fumet très réduit ; semer du fromage râpé dessus et faire gratiner.

NOTA. — On peut, dans le même genre, faire des filets de soles en remplaçant la purée de champignons par une autre purée, soit artichauts, pois frais, etc. On peut aussi dresser les filets en paupiettes.

FILETS DE SOLES MURAT

(Pour une sole de 400 grammes.)

Détailler les filets de soles en grosse julienne, les assaisonner, les fariner et les sauter au beurre, à la meunière.

Sauter, d'autre part, au beurre, et séparément, une pomme de terre de moyenne grosseur et un fond d'artichaut (préalablement blanchi) coupés en dés.

Mélanger à la poêle les filets de soles et les garnitures. Les dresser en buisson sur un plat rond. Mettre dessus quatre tranches de tomate sautées à la poêle, à l'huile. Saupoudrer de persil haché ; ajouter un filet de jus de citron et verser sur le tout un peu de beurre noisette.

FILETS DE SOLES NORMANDE

Pocher les filets de soles avec fumet de poisson et cuisson de champignons.

Égoutter, dresser et entourer les filets de moules pochées et ébarbées et de crevettes épluchées. Dresser en ligne sur le milieu du plat quatre huîtres pochées et quatre belles têtes de champignons cuits. Passer les filets au four pendant quelques instants, pencher le plat pour éliminer tout liquide et masquer filets et garniture avec de la sauce normande.

Compléter la garniture avec quelques lames de truffes disposées en ligne; fleurons en feuilletage, goujons panés en manchons et frits au moment, quatre moyennes écrevisses troussées, disposées autour d'un plat (les lames de truffes sont facultatives).

FILETS DE SOLES A LA ORLY

Procéder comme pour les filets de merlans du même nom. On peut aussi les paner et les enfiler dans des petites brochettes pour les frire au lieu de les passer dans la pâte à frire.

FILETS DE SOLES A LA PARISIENNE

Les filets sont ployés en deux et cuits au fumet de sole à base de vin blanc. Faire une excellente sauce vin blanc avec cette cuisson, bien la beurrer et en faire deux parts dont l'une reste telle et dont l'autre est additionnée de beurre d'écrevisses pour l'obtenir rouge (sauce Nantua ou cardinal).

Dresser les filets de soles sur un plat, en couronne, et les napper avec ces sauces, les uns blancs, les autres rouges. Sur les blancs, piquer une

crevette rouge ; sur les roses, mettre une lame de truffe. La sauce doit napper complètement les filets, car on n'en sert pas à part.

Je ferai observer que l'on peut toujours ajouter une garniture, soit de champignons, soit de crevettes.

FILETS DE SOLES SAINT-GERMAIN

Badigeonner les filets de soles (en long) de beurre fondu ; les assaisonner, les recouvrir de mie de pain fraîche ; les arroser de beurre; les faire griller sur feu doux.

Les mettre sur un plat long ; les garnir de petites pommes de terre nouvelles (ou de pommes de terre noisettes) rissolées au beurre.

Mettre entre chaque filet une cuillerée de sauce béarnaise. Disposer sur cette sauce un trait régulier de glace blonde de poisson. Saupoudrer de persil haché.

FILETS DE SOLES A LA SOUBISE

Faire pocher au vin blanc les filets de soles pliés en deux, les dresser sur des demi-tomates pochées, remplies de purée Soubise (voir ce mot). Faire réduire la cuisson et l'ajouter à une sauce tomate très relevée et bien crémeuse. Napper les filets très proprement avec cette sauce, et envoyer le reste à part.

FILETS DE SOLE A LA SUCHET

Préparer une julienne de rouge de carotte (une carotte moyenne); la cuire au beurre tout doucement dans une petite casserole hermétiquement fermée. Pendant ce temps préparer sur un plat long une bordure de pommes de terre duchesse, puis apprêter deux soles au vin blanc, comme il est expliqué pour les merlans de ce nom. Dresser les soles au milieu de la bordure que l'on aura fait, au préalable, dorer au four. Napper le poisson avec la sauce au vin et semer dessus les filets de carotte cuits au beurre et aussi des filets de truffes.

FILETS DE SOLES SUZANNE

Plier et pocher au vin blanc les filets, les dresser dans des croustades à tartelettes remplies de nouilles sautées au beurre. Les napper de sauce Mornay et les glacer au four.

FILETS DE SOLES SYLVESTRE (D'APRÈS MONTAGNÉ)

Très fin et bien présenté ce plat de filets de soles est cité dans *Le grand livre de la Cuisine*, par Prosper Montagné et Prosper Salles, mais nous le modifions un peu pour en atténuer le prix de revient. Lever les filets de deux soles et pendant qu'ils dégorgent dans l'eau

courante tailler en petits dés très réguliers et assez fins ce que l'on appelle un mirepoix (voir appareils).

Mettre ces légumes au four une dizaine de minutes, bien couverts, puis les mouiller d'un grand verre de madère ou de porto ; laisser mijoter et verser sur les filets de soles rangés dans un plat à feu. Les pocher au four 6 à 8 minutes seulement puisque la cuisson est versée bouillante dessus, légumes compris.

Les filets étant cuits, égoutter la cuisson au sautoir et la réduire en plein feu avec 200 gr. de crème épaisse, et quelques cuillerées de béchamel. Relever l'assaisonnement. La garniture se compose de très petites tomates creusées, vidées, pochées au four avec un peu de beurre et remplies ensuite d'une purée de merlans à la crème très fine et bien blanche. Les merlans pochés à l'eau salée, épluchés et triturés avec la béchamel et beurre ; napper les filets avec la sauce, légumes compris et entourer avec les tomates.

FILETS DE SOLES LA VALLIÈRE

Masquer les filets de farce de poisson ; les plier, les contiser aux truffes et les pocher au fumet de poisson.

Les dresser en turban, sur une bordure basse en farce mousseline, pochée à l'avance ; les napper légèrement de sauce normande et placer une lame de truffe sur chaque filet.

Verser au milieu de la bordure une garniture de laitances pochées et escalopées, huîtres pochées et ébarbées, queues d'écrevisses et petits champignons bien blancs, liée de sauce normande finie au beurre d'écrevisses.

FILETS DE SOLES WALEWSKA (D'APRÈS ESCOFFIER)

Les filets ployés pochés au vin blanc, dressés sur des croûtes en pain brioché ; poser une tranche de queue de homard sur chaque et une lame de truffe. Napper d'une bonne sauce Mornay et faire glacer au four. Les filets étant dressés en couronne, remplir le puits d'un ragoût de parures de homard, crevettes et champignons lié d'une sauce cardinal.

PAUPIETTES DE SOLES FAVART

Farcir les filets de farce de brochet additionnée d'estragon haché; les rouler en paupiettes. Les pocher au vin de Sauternes.

Dresser les paupiettes, chacune dans une petite croustade en pâte fine, à demi remplie de salpicon de cèpes à la crème.

Napper les paupiettes de sauce Nantua (dans laquelle on aura ajouté la cuisson des paupiettes réduites). Saupoudrer de parmesan. Faire gratiner.

PAUPIETTES DE SOLES MONTROUGE

Ceci est une manière différente de présenter les filets de soles. Il faut faire une farce de poisson à la crème (voir p. 53), bien éponger les filets de soles, les battre légèrement avec le plat du grand couteau pour briser les fibres, puis étaler sur chaque filet, du côté où se trouvait la peau, une petite couche de farce, que l'on peut additionner de truffes hachées, ou de fines herbes ou de queues de crevettes. Les rouler sur eux-mêmes en commençant par la pointe et les maintenir en forme avec un ou deux tours de fil. Les ranger en casserole, debout, les mouiller avec le fumet de poisson que l'on aura fait avec les arêtes et déchets de soles; couvrir d'un papier beurré et les faire pocher au four 10 minutes sans ébullition.

Préparer d'avance autant de croustades en pâte brisée qu'il y a de filets de soles, et les garnir avec un hachis de champignons. Placer dans chacune d'elles une paupiette de sole, et napper d'une bonne sauce Nantua (voir p. 47). On sert le reste à part, et si l'on veut faire plus riche, on peut aussi placer sur chaque paupiette une belle tête de champignon grillée ou y piquer une crevette rose.

SOLE A LA BERCY

Procéder comme pour les merlans à la Bercy.

SOLE A LA BRETONNE

Procéder comme pour les filets de colin du même nom.

SOLE COLBERT

(Voir merlans du même nom.)

Arracher la peau noire et écailler la peau blanche, puis du côté dépouillé, soulever légèrement les filets sans les détacher entièrement; casser l'arête à deux endroits, près de la tête et de la queue, pour pouvoir la retirer après cuisson, puis passer la sole au lait, à la farine et ensuite la paner. La faire frire, et quand elle est bien cuite, retirer l'arête avec soin pour ne pas abîmer le poisson et remplacer l'arête par un beurre Colbert (voir ce mot).

SOLE A LA DIEPPOISE

Faire cuire un litre de moules avec un peu de vin blanc, poivre et échalotes émincées, puis faire pocher la sole avec la cuisson des moules et faire ensuite une sauce blanche bien beurrée avec cette cuisson. Éplucher les moules, les mettre autour de la sole et napper le tout avec la sauce. Semer du persil haché dessus.

SOLE A LA DUGLÉRÉ

Mettre au fond d'un plat à gratin un oignon finement émincé, une ou deux tomates pelées et hachées et un peu de persil haché ; y placer la sole, l'assaisonner et la mouiller d'un 1/2 verre de vin blanc puis la faire pocher au four. Faire alors réduire la cuisson (tomates comprises) de moitié et la lier avec une cuillerée de purée de tomates et un bon morceau de beurre manié avec une pincée de farine. Verser cette sauce sur la sole, semer un peu de mie de pain dessus et passer 5 minutes à four vif.

Différents poissons peuvent s'accommoder ainsi, mais s'ils sont gros il faut les couper en tronçons (voir colin à la Dugléré).

SOLE A LA FÉCAMPOISE

Même procédé que pour la sole à la dieppoise en ajoutant des crevettes décortiquées, mélangées à la garniture de moules. Ne pas saler la sauce.

SOLE A LA FLORENTINE

Procéder comme il est indiqué pour les filets de colin du même nom.

SOLES FRITES AU CITRON

Tremper les soles, dépouillées de la peau noire et grattées sur la peau blanche, bien lavées et épongées, dans une assiette de lait froid salé légèrement et ensuite les rouler des deux côtés dans la farine.

Les plonger dans une forte quantité de friture très brûlante, huile de préférence, les sortir quand elles sont bien dorées, raides, croquantes ; les égoutter sur un torchon et les poudrer de sel fin. Dans la friture brûlante, jeter quelques branches de persil bien épongé, l'y laisser une seconde seulement, l'enlever à l'écumoire, le rejeter dans l'huile très brûlante une minute après. Ces deux immersions successives vous permettent d'avoir un persil très vert, très croustillant. Si on le laisse trop longtemps il devient noir, il faut toujours le plonger à deux reprises. Dresser les soles sur plat long garni d'une serviette, et les encadrer avec le persil frit et des quartiers de citron. Servir de suite.

SOLES AU GRATIN

Même procédé que pour les merlans du même nom.

SOLE GRILLÉE

Ciseler la sole des deux côtés légèrement de quelques coups de couteau de manière à former un quadrillage ; la fariner, l'huiler et la

faire griller en l'arrosant d'huile de temps en temps. Dresser sur plat chaud avec bordure de persil et placer sur la sole des lames minces de citron. Servir du beurre fondu ou maître-d'hôtel à part.

SOLE MACONNAISE

Pocher la sole, bien assaisonnée, au vin rouge, puis réduire la cuisson de moitié ; y ajouter pour la lier un bon morceau de beurre manié avec un peu de farine, quelques cuillerées de sauce demi-glace et quelques gouttes de caramel pour que la couleur en soit plus brune. Entourer la sole d'un côté avec de tout petits oignons glacés et de l'autre côté avec des champignons sautés au beurre. Napper le tout avec la sauce au vin rouge.

SOLE A LA MEUNIÈRE, DITE AUSSI AU BEURRE

Assaisonner la sole de sel et de poivre, la saupoudrer de farine. La cuire à la poêle, au beurre brûlant. La faire bien dorer de chaque côté. La dresser sur un plat long bien chaud. Parsemer le poisson de persil haché; exprimer dessus un filet de jus de citron, et au moment de servir, l'arroser avec son beurre de cuisson, chauffé jusqu'à ce qu'il soit devenu « à la noisette » (additionné, avant d'être chauffé, d'un peu de beurre frais). Servir aussitôt, cet apprêt devant être servi le beurre encore mousseux.

SOLE A LA MEUNIÈRE OU DORÉE

Même mode de préparation. Servir la sole simplement garnie de quartiers de citron et sans l'arroser de beurre à la noisette.

NOTA. — Tous les poissons préparés « à la meunière », c'est-à-dire cuits à la poêle, au beurre, doivent être servis le plus simplement possible. Il est donc abusif de les orner de garnitures trop maniérées, telles que : rondelles de citron décorées de radis roses, de betterave, de persil et autres fioritures peu compatibles avec cet apprêt. Disons toutefois que, lorsque la chose est possible, on peut, avant de verser le beurre noisette sur les poissons, les arroser d'un peu de glace blonde de poisson ou d'espagnole maigre; bien dépouillée et réduite. Cette addition augmente la saveur de la préparation.

SOLE A LA MEUNIÈRE AVEC GARNITURES DIVERSES

Préparée ainsi qu'il est dit ci-dessus, la sole entière ou en filets peut être diversement garnie. Voici quelques-unes des garnitures le plus souvent employées :

Sole meunière aux aubergines : aubergines en rondelles, sautées au beurre.

Sole meunière à la Catalane : bouquets de julienne de piments doux alternés avec fondue de tomates et pommes de terre en dés sautées au beurre.

Sole meunière aux cèpes : cèpes escalopés sautés au beurre.

Sole meunière aux concombres : concombres tournés en petites gousses, étuvés au beurre.

Sole meunière aux courgettes : courgettes en rondelles sautées au beurre.

Sole meunière aux morilles : morilles sautées au beurre.

Sole meunière aux tomates : moitiés de tomates, épépinées, sautées au beurre.

NOTA. — Toutes ces garnitures sont applicables aussi aux filets de sole à la meunière et à tous les poissons, entiers, en tronçons ou en filets, préparés de la même façon.

SOLE A LA MORNAY

Pocher la sole au vin blanc puis réduire la cuisson et l'ajouter à une sauce Mornay. Napper la sole, semer du fromage râpé dessus et la faire glacer à four vif.

SOLE A LA NORMANDE

Préparer une garniture composée de moules, crevettes, champignons, huîtres pochées et truffes. Faire pocher la sole au vin blanc avec un peu d'échalotes hachées, puis, avec la cuisson des moules et des champignons, faire une excellente sauce normande ; la lier avec un jaune d'œuf et un peu de crème ; bien relever l'assaisonnement et y ajouter la cuisson de la sole réduite à glace ; puis hors du feu un gros morceau de beurre fin. Dresser la sole sur plat long, disposer dessus quelques têtes de champignons et des lames de truffes ; mettre la garniture autour après l'avoir fait chauffer au beurre. Napper le tout avec la sauce et disposer par-dessus pour le décor 6 ou 8 éperlans ou goujons panés et frits au beurre, et enfin, si c'est possible, 2 ou 4 écrevisses troussées et cuites. Plat riche qui peut convenir pour un beau dîner.

SOLES SUR LE PLAT

Procéder comme pour les merlans.

SOLE A LA SAINT-GERMAIN

Assaisonner et paner la sole à la mie de pain en l'y faisant bien adhérer ; puis l'arroser copieusement de beurre fondu et la mettre à cuire à four vif ou sur gril. La servir avec une couronne de petites pommes de terre noisettes et une sauce béarnaise.

NOTA. — Il est certain que toutes ces recettes de soles entières peuvent s'appliquer aux filets de soles; mais certaines, telles que soles frites, meunière, Colbert, Dugléré se font de préférence avec la sole entière, et encore la sole Dugléré peut être faite avec de grosses soles coupées en tronçons. Les barbues se traitent de même (voir hors-texte, p. 132).

SOLES AU VIN BLANC

Même procédé que pour les merlans du même nom.

TIMBALES, CROUSTADES, OU VOL-AU-VENT DE FILETS DE SOLES

Indépendamment des recettes ci-dessus les filets de soles peuvent servir de garniture pour des timbales, des croustades ou des vol-au-vent ; on les accompagne de champignons, de moules, de crevettes, de quenelles de poissons, etc., et on obtient de fines et jolies entrées pour déjeuners ou dîners maigres.

TIMBALE DE FILETS DE SOLES ESCOFFIER A LA GELÉE
(huit personnes)

Pour un moule de contenance ordinaire, préparer en paupiettes 12 filets de soles plutôt moyens que gros. Garnir la moitié de ces paupiettes de farce fine de poisson finie au beurre de homard bien rouge; farcir l'autre moitié de même farce additionnée de purée de truffe très noire. Les pocher dans un bon fond de poisson et les laisser refroidir dans la cuisson.

Lorsqu'elles sont froides, les égoutter ; les éponger ; les parer sur les bouts et les couper transversalement chacune en quatre rondelles.

Chemiser légèrement de gelée un moule à dôme et à douille ; l'incruster sur glace et le foncer avec les rondelles de paupiettes trempées dans de la gelée mi-prise pour en assurer l'adhérence presque immédiate après la chemise de gelée du moule. Ces rondelles seront disposées par rangées de même couleur, ou alternées ; de telle façon d'ailleurs que l'ouvrier jugera à propos pour assurer l'opposition des teintes.

Finir de remplir le moule avec une mousse froide d'écrevisse ; tenir le moule à la glace pendant 2 heures ; démouler au moment de servir sur une coupe en glace taillée.

TURBAN DE FILETS DE SOLES DES GOURMETS

Lever les filets de 2 soles de 300 gr. chacune, et les faire dégorger à l'eau froide ; les éponger et les disposer dans un moule à savarin beurré en les intercalant avec des filets de saumon, taillés dans un beau morceau de 500 gr. de saumon cru bien rouge. Avec le reste du saumon que l'on pile, mélanger une tasse de béchamel, 50 gr. de crème, un œuf et 3 jaunes, passer au tamis. Bien relever cette farce, et remplir ce turban par-dessus les filets, dont on rabat les bouts sur la farce. Faire cuire 25 minutes au bain-marie et au four, puis démouler le turban sur un plat rond chaud. Mettre au milieu une garniture de moules, crevettes, queues d'écrevisses, champignons, fonds d'artichauts et truffes, le tout lié avec une bonne sauce au beurre d'écrevisses faite avec du lait et le fumet de poisson. Servir à part le reste de la sauce bien beurrée. Plat de poisson de grand dîner de gourmets.

TURBAN DE FILETS DE SOLES A LA JOINVILLE

Lever les filets de trois soles ; les faire dégorger et pendant ce temps, préparer une farce à quenelles de poisson avec 500 gr. de merlan ou de colin, poids net ; éponger et farcir les filets et les ployer en deux, pour les faire pocher avec le fumet de poisson. Préparer une garniture de crevettes et champignons ainsi que quelques lames de truffes. S'il reste de la farce, en former une bordure comme une couronne assez plate et assez large au centre d'un plat rond, poser un papier beurré dessus et faire pocher dix minutes au four; préparer aussi une bonne sauce crevettes (voir sauces) additionnée du fumet de poisson très réduit.

Sur cette bordure ranger, pour former turban, les filets de soles bien épongés ; lier et chauffer la garniture que l'on met au centre de ce turban ; napper les filets de soles avec la sauce crevettes et les décorer d'une lame de truffe et d'une crevette rose piquée sur chacun. Une saucière à part ; 3 soles suffisent pour 10 personnes.

LE THON

Ce poisson qui atteint un poids considérable appartient à la famille des *Scombridés* de même que la bonite et le maquereau. Il est avec le congre, le hareng et le maquereau un des poissons dont la chair contient une forte proportion de graisse ; il a une valeur nutritive égale à la viande; il peut d'ailleurs se cuisiner comme un morceau de veau puisqu'il est toujours détaillé en tranches de 5 à 7 centimètres

Barbue grillée à la Saint-Germain →

d'épaisseur. Mais il est certain que c'est sous forme de conserve à l'huile que le thon est surtout consommé. C'est la raison pour laquelle on en voit assez rarement sur nos marchés. Il est beaucoup pêché en Méditerranée, et mis en conserve sur place. Il peut se traiter culinairement ainsi :

CONSERVE DE THON A L'HUILE

Bien qu'appartenant à la cuisine industrielle, la conserve de thon peut intéresser quelques lecteurs, c'est pourquoi je l'expose ici en me rapprochant le plus possible des possibilités ménagères. Couper le thon en tranches épaisses de 6 centimètres et les faire macérer 4 ou 5 heures dans un bain d'eau salée à raison de 200 gr. de sel par litre d'eau et un gramme de bicarbonate de soude. Jeter cette eau et en préparer une seconde au même degré, y mettre le poisson et sur le feu, le cuire en évitant l'ébullition pendant une demi-heure environ; sortir du feu et laisser refroidir dans sa cuisson. Oter alors peaux et arêtes, couper le thon en morceaux, calibrés à la dimension des boîtes ou flacons dans lesquels on les place. Les recouvrir d'huile d'olive, souder ou fermer suivant le procédé applicable aux ustensiles, et ébullitionner pour la stérilisation pendant une heure un quart pour des récipients d'un quart de litre, une heure trois quarts pour les demi-litres; laisser un peu refroidir avant de les sortir de l'eau.

On peut le conserver dans des bocaux d'un quart ou d'un demi-litre, l'essentiel est une fermeture impeccable.

THON BRAISÉ A LA BORDELAISE

Faire revenir dans une cocotte, avec un peu de beurre et un peu d'huile, une épaisse tranche de thon; mettre autour quelques oignons émincés, une ou deux échalotes hachées, un grain d'ail et quand le tout est assez jauni mettre par-dessus 500 gr. de tomates pelées, vidées et coupées en quartiers, couvrir et laisser fondre un peu les tomates ; ensuite découvrir, mouiller avec un verre de bon vin blanc, assaisonner relevé et cuire doucement pendant 40 minutes environ. Servir ainsi dans la cocotte si possible avec persil haché dessus.

THON BRAISÉ AUX CHAMPIGNONS

Faire revenir une tranche de thon avec moitié beurre et moitié huile, y ajouter un gros oignon émincé, deux échalotes en rouelles, quatre ou cinq tomates pelées coupées en quatre, mouiller d'un demi-

verre de vin blanc et d'un décilitre de sauce brune. Assaisonner, couvrir et laisser braiser une demi-heure ; retirer le poisson, réduire la cuisson et la passer sur tamis en purée, la remettre au feu avec quelques champignons ou giroles sautés au beurre. Cuire dix minutes et verser sur le poisson.

THON A L'ÉTUVÉE

Cuire le thon au beurre à l'étuvée et le garnir de différents légumes, macédoine, épinards, oseille, etc...

THON GRILLÉ A LA MAITRE-D'HÔTEL

Huiler une tranche de thon, et la poser sur le gril bien chaud, celui-ci assez élevé au-dessus du foyer incandescent si la tranche est épaisse, plus rapproché si elle est mince. Le cuire en l'assaisonnant, des deux côtés et l'on s'assure de la parfaite cuisson lorsqu'en piquant avec la pointe du couteau l'os de l'arête on peut assez aisément l'enlever sans qu'il y ait trace de chair adhérente. Le servir sur un beurre à la maître-d'hôtel, avec des pommes de terre autour.

THON A LA MÉNAGÈRE

Mettre une belle tranche de thon dans l'eau sur le feu et lui donner 5 à 6 minutes d'ébullition, puis l'égoutter, essuyer et faire bien revenir à l'huile ou beurre ; retirer la tranche et faire un roux en ajoutant une cuillerée de farine, mouiller (sans colorer) avec un peu de vin blanc et d'eau, un filet de vinaigre, sel, poivre et bouquet garni. Cuire 3/4 d'heure et servir avec des pommes de terre cuites nature.

LE TURBOT

Ce magnifique spécimen de la faune marine (voir fig. 7 et 8, page 20) appartient aussi à la famille des *Pleuronectes*, comme la barbue et la plupart des poissons plats. On connaît la satire de Berchoux relatant le fait que l'empereur Domitien, ayant reçu un turbot phénoménal, réunit en pleine nuit le Sénat romain pour discuter de la sauce à laquelle ledit turbot serait accommodé et, dit Berchoux :

« Le Sénat mit aux voix cette affaire importante
« Et le turbot fut mis à la sauce piquante. »

Heureux Sénat quant à la gravité de ses préoccupations, mais peu calé en cuisine car je ne vois pas bien ce délicieux rhombus accompagné d'une sauce piquante.

Nous allons nous montrer plus éclectique que les pères conscrits de la Rome antique. A l'inverse de la barbue, à laquelle il ressemble, sans pouvoir être confondu avec, le turbot n'a pas d'écailles, mais des piquants sur le côté noir ; ou plus exactement, des protubérances dures et cornées. C'est un poisson de grands dîners et bien que de nombreux apprêts lui soient appliqués, c'est, à mon sens, lorsqu'il est court-bouillonné, et présenté entier, accompagné d'une sauce hollandaise ou mousseline, qu'il sera le mieux apprécié.

Les recettes que j'ai données pour la barbue peuvent être appliquées au turbot et vice versa. En voici quelques autres :

FILETS DE TURBOT

De même que la barbue, le turbot peut être apprêté et servi en filets. Dans ce cas, toutes les garnitures et sauces dont il est fait mention aux filets de soles lui sont applicables. Il n'est donc pas utile d'en faire le sujet d'un article spécial, qui ne serait qu'une redite des recettes déjà décrites.

TURBOT BRAISÉ AU VIN D'ALSACE ET PARFUMÉ AU COULIS D'ÉCREVISSES

(dix personnes)

Un turbot de fraîcheur exemplaire pesant 4 kg. au maximum. Le laisser entier ou le diviser en deux parties en sectionnant l'arête dorsale, puis chaque partie en cinq morceaux réguliers de l'arête aux nageoires. Mettre à dégorger quatre heures à l'eau froide, courante ou fréquemment renouvelée.

Beurrer grassement un plat en terre allant au four, de dimensions suffisantes pour contenir, côte à côte, les dix morceaux ou la pièce entière ; le saupoudrer d'une cuillerée à potage d'échalote finement hachée, ranger les tronçons de poisson dessus, mouiller d'une demi-bouteille de vin blanc d'Alsace sec et corsé et d'un demi-litre de fumet de turbot obtenu en cuisant la tête avec garnitures usuelles. Couvrir avec un papier sulfurisé et beurré. Cuire au four 25 minutes. Arroser souvent avec la cuisson.

Pendant ce temps, préparer le coulis d'écrevisses.

Dix écrevisses châtrées, lavées, sautées vivement dans une cuillerée à potage d'huile, puis égoutter cette dernière ; flamber avec un décilitre de cognac, parsemer dessus trois cuillerées à potage de fin mirepoix déjà étuvé, mouiller à mi-hauteur des écrevisses avec

moitié vin blanc et moitié fumet, assaisonner relevé et cuire dix minutes. Retirer les écrevisses, les décortiquer et réserver les coffres et les queues intactes pour la garniture. Les coffres seront farcis d'une farce mousseline de merlan et de turbot par moitié et de dés de queues d'écrevisses.

Piler les carapaces non réservées, ajouter la cuisson réduite de moitié, fouler le tout à l'étamine ou tamis très fin et mettre au chaud au bain-marie.

Après la cuisson du turbot, verser le fond dans une sauteuse et le réduire en plein feu des 2/3, ajouter alors un 1/2 litre de fleurette et 6 cuillerées de velouté de poisson ou sauce normande. Terminer la sauce par l'addition du coulis d'écrevisses.

Sauce tenue assez légère, assaisonnée délicatement par le fait qu'il faut obtenir et respecter une double saveur.

Le dressage sur plat de service très chaud. Y déposer en bon ordre les morceaux de turbot égouttés avec soin. Les napper de la sauce préparée. Placer sur chaque morceau de turbot un coffre d'écrevisse, étuvé au préalable, et deux petits fleurons en feuilletage (voir hors-texte, p. 148).

René VIAUX, chef de cuisine,
« *Meilleur ouvrier de France* ».

TURBOT CAMBACÉRÈS

Inciser le turbot du côté noir et détacher légèrement les filets d'après l'arête. Assaisonner intérieurement le poisson. Le mettre sur la grille de la turbotière beurrée. Le recouvrir d'une julienne fine de céleri et de poireau (préalablement fondue au beurre). Mouiller avec 5 décilitres de vin de Champagne et autant d'essence de poisson. Aux trois-quarts de la cuisson, ajouter une julienne de truffes et de champignons. Arroser souvent le turbot et le faire glacer légèrement pendant qu'il cuit. L'égoutter ; le dresser sur un grand plat long.

TURBOT CRÈME GRATIN

Il arrive souvent qu'ayant servi un turbot dans un dîner, il en reste trop peu pour en faire un plat le lendemain. Si, en le préparant ainsi :

Préparer d'abord de la pomme de terre duchesse avec laquelle on fait une bordure sur un plat rond à gratin, en se servant d'une poche et d'une douille cannelée. Colorer légèrement cette bordure au four puis en garnir le milieu avec le reste de turbot (ou tout autre poisson), mélangé de champignons émincés et liés avec de la sauce béchamel bien crémeuse et bien assaisonnée. Recouvrir le poisson d'une bonne

couche de cette même sauce dans laquelle on ajoute une cuillerée à potage de gruyère râpé : semer dessus une grosse pincée de chapelure ; arroser de beurre fondu ; gratiner à four vif et servir bien chaud.

NOTA. — Cette recette constitue une des mille manières d'accommoder les restes, avec n'importe quel poisson.

TURBOT FRIT SAUCE TARTARE

Le turbot étant coupé en tranches, celles-ci sont passées au lait et à la farine, puis frites à friture très chaude et dressées sur serviette. Sauce tartare à part.

TURBOT DES GOURMETS

Vider, ébarber et parer un turbot ; pratiquer sur le milieu du dos du poisson une incision tout au long de l'arête, d'après laquelle on détache légèrement la chair. D'autre part, retrancher la queue à 500 gr. de beaux champignons dont on tourne les têtes; quant aux queues et aux épluchures, on les hache ainsi que les parures de 60 gr. de truffes épluchées que l'on a découpées en minces rondelles. Cela fait, beurrer le fond d'un grand plat à gratin, y parsemer le hachis de champignons et de truffes. Par-dessus, placer le turbot, le saupoudrer légèrement de sel fin, l'arroser de beurre fondu, le mouiller avec une bouteille de vin blanc, de préférence du Sauternes. Faire partir en ébullition sur le feu; retirer alors sur le côté, et, après 8 à 10 minutes de légère ébullition, pousser le plat au four, pour y laisser cuire le turbot pendant une heure, en l'arrosant de temps en temps avec sa cuisson. Ensuite faire revenir avec un mirepoix, puis court-bouillonner une douzaine d'écrevisses ; les décortiquer et piler leurs carapaces avec 100 gr. de beurre, pour obtenir un beurre rouge, que l'on passe au travers d'un tamis. Préparer un petit roux blond que l'on délaye avec la cuisson des écrevisses et des champignons, y ajouter la cuisson du turbot réduite à consistance sirupeuse ; lier cette sauce avec 3 jaunes d'œufs broyés avec deux cuillerées à potage de crème double ; la beurrer en y incorporant, par petites parties, à l'aide d'un fouet et hors du feu, 200 gr. de beurre. Dresser le turbot en le décorant avec des rondelles de truffe et têtes de champignons.

NOTA. — Pendant la cuisson au four, avoir la précaution de tenir le turbot couvert d'un papier beurré.

TURBOTIN GRILLÉ

Le turbot ne dépassant pas 1 kilo à 1 kg. 200 peut être grillé suivant le procédé indiqué, après l'avoir entaillé de quelques coups de couteau sur les deux faces. Le servir soit avec le beurre fondu, ou

maître-d'hôtel, soit avec une sauce applicable aux poissons. Pommes à l'anglaise à part. La sauce béarnaise convient admirablement pour les poissons grillés; se référer pour la grillade à la notice qui est en tête du chapitre : Poissons.

TURBOT A LA D'ORLÉANS

Pour un service de six personnes, il faut un turbot pesant 1.000 à 1.200 gr. Après l'avoir vidé, paré et lavé, on pratique le long du dos du poisson une incision jusqu'à l'arête; puis le saler et le mettre à dégorger pendant une heure dans de l'eau additionnée de lait cru. Au bout de ce temps, égoutter le poisson que l'on place sur une grille dans une turbotière, où on le mouille à la hauteur avec un court-bouillon au vin blanc condimenté. Placer alors sur le feu la turbotière; lorsque l'ébullition est survenue, la retirer sur le côté du feu pour y laisser pocher doucement le turbot pendant 40 à 50 minutes. Au moment de servir, égoutter le turbot que l'on place sur un plat garni d'une serviette en ayant soin de tenir la peau blanche du poisson tournée en dessus. Enlever alors délicatement la peau du poisson, dont on découpe les chairs avec précaution en les laissant dans leur position première. De chaque côté du plat, disposer des pommes de terre à l'anglaise et, à chaque extrémité, des coquilles d'huîtres gratinées. Servir chaud le plat ainsi dressé, en le faisant accompagner d'une sauce béarnaise additionnée d'un velouté de poisson confectionné avec la cuisson du turbot.

TURBOT OU BARBUE A LA PARISIENNE

Inciser le turbot du côté noir et détacher légèrement les filets d'après l'arête. Le mettre sur la grille de la turbotière beurrée. Mouiller avec 5 décilitres de vin de Champagne et autant d'essence de poisson. Arroser souvent et le faire glacer légèrement pendant sa cuisson. D'autre part, préparer un homard à l'américaine et mettre en attente la chair de la queue ; faire un beurre de homard avec les déchets de chair, le corail et les parties crémeuses. Égoutter et dresser sur un grand plat long le turbot, le napper d'une sauce au vin blanc additionnée d'un beurre de homard. Ranger dessus la chair du homard escalopée, intercalée de lames de truffes. Garnir le tour du poisson de quenelles de brochet truffées et de champignons farcis.

TURBOT POCHÉ SAUCE HOLLANDAISE

Cuire le turbot à l'eau salée simplement et sans le laisser bouillir. Le servir sur serviette avec persil en branches autour, lames de citron

dessus et sauce hollandaise à part, ainsi que des pommes de terre à l'anglaise.

On met parfois un verre de lait dans la cuisson pour l'obtenir plus blanc.

TURBOT A LA RICHEPANSE

Faire pocher un turbot avec un quart de bouteille de champagne, en l'assaisonnant de sel, poivre, échalotes et pelures de champignons. Cuire ce poisson au four en l'arrosant très souvent, puis préparer une garniture de croquettes de pommes de terre, d'huîtres et de moules panées et frites et de champignons cuits au beurre. Faire une sauce béchamel un peu épaisse et l'éclaircir un peu avec la cuisson du poisson réduite, ajouter un peu de currie et un bon morceau de beurre d'écrevisses, ainsi que la chair des queues d'écrevisses coupée en dés. Dresser le poisson sur un plat long, le napper de sauce et l'entourer avec la garniture disposée par bouquets alternés. Servir le reste de la sauce à part et décorer le milieu du poisson avec des lames de truffes.

Sauce : réduire la cuisson des deux tiers, la lier de 2 décilitres de velouté et la finir avec crème et beurre (cette sauce ne se passe pas).

Garnitures : moules frites Villeroy, cuisses de grenouilles Villeroy, petites croquettes d'écrevisses, champignons tournés.

LA VIVE

Ce poisson n'est pas très abondant et contient beaucoup d'arêtes (voir fig. 22, page 22). Il n'est pas très riche en principes nutritifs et les piqûres provenant de ses arêtes dorsales sont venimeuses, étant en rapport avec des glandes venimeuses. C'est cependant un poisson comestible de la famille des *Trichinidés*. Sa chair ferme permet de la mêler aux poissons de la bouillabaisse.

Il peut aussi se servir en filets avec sauces simples, ou se faire à la Orly, c'est-à-dire les filets trempés dans une pâte à frire, frits et servis avec sauce tomate. Il n'y a pas lieu de lui consacrer un chapitre spécial.

NOTE DE L'AUTEUR. — Je n'ai pas la prétention de présenter dans cet ouvrage toute la multitude des poissons mais seulement ceux qui sont les plus connus et les plus fréquents sur nos marchés.

Plusieurs de ceux que j'indique sont parfois dénommés autrement suivant les régions; je m'en suis tenu aux dénominations les plus usuelles et après avoir passé ainsi la revue des poissons de mer, nous allons étudier les poissons d'eau douce, fort nombreux en France et générateurs d'excellents plats, surtout en cuisine régionale. Dans ce chapitre également les poissons défileront dans leur ordre alphabétique.

POISSONS D'EAU DOUCE

La liste de ceux-ci est moins longue que celle des sujets de Neptune, mais il y a encore un fructueux butin à ramener de nos belles rivières de France, et il est curieux de constater que le poisson d'eau douce se présente rarement dans les grands dîners, sauf les truites et les saumons, parfois le brochet, alors que l'on a de si délicieuses matelotes, pauchouses ou waterzoï à servir pour régaler les gourmets. Seulement, ce que l'on cherche dans les repas de gala, c'est la présentation décorative que l'on ne peut obtenir avec une matelote, tandis que la truite saumonée, voire même la petite truite de rivière se prêtent à de beaux décors.

Mais que de plats exquis se cachent sous les roseaux, dans l'eau vive qui serpente dans nos campagnes, mêlant son murmure cristallin aux mille bruits de la terre. Passons-les en revue et puisque j'ai cité plus haut la matelote, commençons par l'anguille qui en est le prototype bien que presque tous les poissons à chair ferme puissent se traiter de même. Ainsi la tanche, la carpe, le brocheton, la brême, le barbillon peuvent concourir à cet excellent plat.

Comment se tue et se dépouille l'anguille.

Disons aussi quelques mots sur la manière de les tuer et dépouiller ; il faut d'abord saisir l'anguille (voir fig. 40, p. 25) avec un torchon, pour ne pas qu'elle glisse dans les doigts comme... une anguille, et lui frapper violemment la tête sur le coin de l'évier ou de la table, puis faire une incision sous les branchies pour sectionner la peau autour de la tête. Avec une ficelle pendre l'anguille à un clou, retourner un peu la peau autour de cette coupure, la saisir avec le torchon et tirer fortement d'une secousse pour que le poisson se trouve dépouillé; le vider par une fente tout le long du ventre et le couper en morceaux.

ANGUILLE GRILLÉE A LA TARTARE

Cuire l'anguille au vin rouge comme il est expliqué pour la matelote, éponger les tronçons et les paner, puis les faire griller ou frire et les servir sur serviette avec persil frit et sauce tartare à part.

ANGUILLE EN MATELOTE AU VIN ROUGE

Elle est dite : à la Bourguignonne et se fait ainsi : Garnir le fond d'une casserole avec un oignon et deux échalotes en rouelles minces, une gousse d'ail, un bouquet de persil, thym et laurier et une dizaine de grains de poivre. Recouvrir avec l'anguille dépouillée, vidée et tronçonnée, chauffer la casserole, y verser un filet de cognac et le flamber, puis mouiller à couvert avec du bon vin rouge, saler et cuire une vingtaine de minutes à bon feu ; ce poisson ayant une chair ferme peut être soumis à l'ébullition. Retirer alors les morceaux d'anguille dans une autre casserole et y ajouter une vingtaine de petits oignons cuits à part en les faisant dorer au beurre d'abord et finir de cuire avec un peu de bouillon; ajouter aussi 250 gr. de champignons cuits, puis réduire un peu la cuisson par ébullition si l'on juge qu'il y en a de trop et la lier avec 50 gr. de beurre pétri avec une grosse cuillerée de farine ; la sauce doit être crémeuse mais pas trop épaisse. Colorer cette sauce avec quelques gouttes de colorant soit caramel soit glace de viande, parce que le vin cuit et lié prend une teinte violacée peu appétissante ; laisser mijoter le tout quelques minutes et passer la sauce sur l'anguille que l'on fait encore bouillonner cinq minutes. Servir avec croûtons frits autour.

Disons que l'anguille appartient à la famille des *Anguilidés* et que sa reproduction a donné lieu à bien des controverses; elles iraient, paraît-il, se cacher dans la mer des Sargasses pour abriter leurs amours.

ANGUILLE EN MEURETTE

Même procédé, flamber les poissons, qui doivent être de deux ou trois sortes, avec de l'eau-de-vie de marc, et les cuire au vin rouge, garniture de petits oignons et lardons, faire frire des croûtons, les frotter avec une gousse d'ail, les mettre au fond du plat et dresser le poisson dessus, sauce liée au beurre manié.

ANGUILLE POMPADOUR

Les tronçons d'anguille étant cuits au vin blanc et refroidis, les éponger, les enrober de sauce à la Villeroy et les paner. Les faire frire, les dresser sur serviette avec persil frit et servir une sauce béarnaise à part.

ANGUILLE AU SOLEIL

Tronçonner et cuire l'anguille au vin blanc ; éponger les morceaux et les tremper dans une pâte à frire. Servir avec une sauce tomate à part.

LE BARBEAU

Ce poisson très fin est de la famille de *Cyprinidés* de même que le barbillon ; il se cuisine au court-bouillon ou à la poêle, à la meunière. Il doit être assez relevé, et à cette condition toutes les sauces lui conviennent. Il a, comme beaucoup d'excellents poissons, l'inconvénient d'être assez fourni en arêtes.

LE BARBILLON

Grillé ou à la meunière, frit s'il est petit, ou encore peut tenir sa partie dans une matelote. Rien de particulier ne le signale.

LA BRÊME

Même famille que ci-dessus, mais sa chair molle et fade ne la fait pas apprécier des gourmets. C'est néanmoins une bonne aubaine pour le pêcheur qui en ramène quelques-unes au bout de sa ligne. On les cuit au court-bouillon ou à la Bercy, ou meunière.

LE BROCHET

Le brochet, que sa voracité a fait surnommer : le requin d'eau douce (voir fig. 43, page 26), appartient à la famille des *Ésocidés*, et en est, je crois, le seul spécimen, heureusement pour le menu fretin, car il dépeuple les rivières dans lesquelles il se tient à l'affût, caché dans les herbes et malheur à l'ablette, le chevesne ou autre habitant de l'onde.

Heureusement que sa qualité comestible rachète tous ses défauts, car il est très employé et très apprécié en cuisine. Ce poisson atteint une très grande taille et un beau brochet court-bouillonné accompagné d'une sauce de grand style est un poisson digne de figurer dans un dîner soigné.

Le brochet peut s'accompagner de toutes les sauces indiquées pour les poissons; soit sauce crevettes, cardinal, mousseline, hollandaise,

béarnaise, Chivry, etc.; mais ce qui lui appartient en propre, c'est le fameux beurre blanc nantais, dont la recette se trouve à l'article des sauces.

J'indique aussi que la garniture et préparation dite : à la Chambord, et qui est classiquement appliquée à la carpe miroir, convient mieux encore au brochet et représente un plat mieux dressé avec ce poisson.

Le brochet peut se servir de diverses manières suivant grosseur; il se met en matelote, grillé, frit, meunière, au gratin, en filets. On en fait aussi de très beaux plats froids.

BROCHET EN BLANQUETTE

Couper le brochet en tranches assez épaisses et les faire revenir au beurre. Poudrer de farine, mouiller avec moitié vin blanc moitié eau, ajouter champignons et petits oignons et laisser cuire lentement, bien assaisonner. Lier au dernier moment avec deux jaunes d'œufs, et un peu de crème épaisse.

BROCHET BRYMONT

(dix personnes)

Farcir un brochet de 2 kilogrammes, avec de la farce de poisson additionnée de truffes en dés. L'assaisonner de sel et de poivre ; l'envelopper de minces bardes de lard et le faire braiser au vin blanc (mouiller le fumet de poisson au vin blanc très réduit).

Égoutter le brochet ; enlever les bardes de lard ; le dresser sur un grand plat long. L'arroser de quelques cuillerées de son fond de cuisson réduit et beurré et le faire glacer légèrement au four.

Sauce : Passer le fond de cuisson ; le faire réduire ; le monter aux jaunes d'œufs, à la façon d'une sauce au vin blanc.

Garnitures : Dix croquettes de queues d'écrevisses ; dix aiguillettes de filets d'anguilles panés, frits ; dix goujons panés et frits ; pommes de terre nature.

Dresser ces garnitures en bouquets alternés. Servir avec la sauce au vin blanc.

BROCHET A LA LORRAINE

Faire braiser un beau brochet avec une bouteille de vin gris de Lorraine, un oignon émincé, échalotes, poivre en grains, sel et bouquet garni ; le braiser dans le four avec un papier huilé dessus, et l'arroser souvent pendant les 40 minutes qu'exige sa cuisson. Pendant ce temps, faire cuire une vingtaine de bonnes écrevisses de la Meuse. Leur cuisson se fait dans un court-bouillon au vin blanc bien condimenté et demande 8 à 10 minutes, suivant la grosseur des écrevisses.

Quand ces crustacés ont changé leur tunique grise pour leur tunique écarlate, qui est leur tenue de service, les laisser refroidir un peu ; puis en éplucher la moitié. Cela fait, réserver d'une part la chair des queues et des pinces, et, d'autre part, les carapaces que l'on pile très finement ; laisser au chaud dans leur cuisson les autres écrevisses ; ajouter à cette sauce les écrevisses pilées, laisser mijoter un quart d'heure, passer et beurrer cette sauce exquise que l'on sert en même temps que le brochet, lequel est dressé sur un plat avec une ceinture de persil bien vert sur lequel se détache, de place en place, le justaucorps rouge d'une écrevisse troussée.

BROCHET A LA NANTAISE AU BEURRE BLANC

Ce sont surtout des petits brochetons qu'il faut.

Tous les gourmets connaissent le fameux brochet de la Loire au beurre blanc ; spécialité nantaise que tous les hôtels ou restaurants de Nantes font plus ou moins bien. Le brochet court-bouillonné, dépouillé, est servi accompagné de cette sauce dite au beurre blanc, dont la qualité du beurre est le principal élément de réussite (voir beurre blanc nantais, chapitre des sauces).

BROCHET SAUCE CAPRES

Écailler soigneusement et cuire le brochet dans un court-bouillon bien condimenté ; le dresser sur serviette après l'avoir bien égoutté et dépouillé. L'entourer de persil et servir une sauce aux câpres à part. Les restes de ce poisson peuvent donner lieu à de nombreuses petites entrées chaudes ou froides au chapitre des restes.

LES CÔTELETTES DE BROCHET

On peut, avec de la farce de brochet, faire une entrée différente, très bien présentée. Il faut pour cela avoir de petits moules en fer-blanc présentant la forme de petites côtelettes, les beurrer, les garnir de farce en ménageant un creux au centre. On remplit cet espace avec un petit ragoût de crevettes épluchées et de truffes, puis on recouvre de farce en dôme pour bien emprisonner la garniture et l'on fait pocher les côtelettes, comme le pain, au four au bain-marie.

On les démoule et on les range en couronne sur un plat rond. On garnit le centre du plat d'une garniture appropriée, on nappe les côtelettes avec une sauce à poisson et, pour donner du cachet à ce plat, on pique à chaque bout de côtelette, un petit bâtonnet de macaroni qui imite le manche et on y adapte une papillote.

Ce plat constitue une très fine et gracieuse entrée de poisson.

CÔTELETTES DE BROCHET PRINCESSE

Garnir de farce fine de brochet des moules beurrés en forme de côtelettes. Faire pocher. Démouler les côtelettes, les dresser, chacune dans une petite croûte à barquette, cuite à blanc à moitié remplie de salpicon de champignons et de truffes, lié au velouté maigre réduit. Dresser les côtelettes en cercle sur un plat rond. Garnir le milieu du plat de pointes d'asperges au beurre. Napper les côtelettes de sauce normande.

Mettre sur chaque côtelette une large lame de truffe bien ronde (facultatif).

LE PAIN DE BROCHET A LA DIEPPOISE

Il ne faut pas confondre le pain de poisson avec la mousse. Ces deux préparations ont le même aspect à la différence près que le pain est fait avec du poisson cru, et la mousse avec du poisson cuit de desserte généralement (voir mousse, p. 53).

Pour le pain de brochet (ou tout autre poisson), il faut détacher les chairs sur un brochet de 600 à 800 gr. ; les piler avec sel, poivre, épices, puis y mêler 3 décilitres de sauce béchamel, épaisse et bien froide, quelques cuillerées de crème épaisse (si possible) et 3 œufs entiers. Passer cette purée au tamis métallique et la mettre dans un moule beurré assez grassement.

Mettre ce pain à cuire une demi-heure au four, au bain-marie comme une crème renversée, puis démouler sur plat rond et arroser avec une bonne sauce vin blanc faite avec le fumet obtenu avec les arêtes et débris de poisson (voir fumet, p. 43). On peut ajouter à cette sauce, soit des fines herbes hachées, soit des crevettes, champignons, moules, etc., de même que l'on peut faire une sauce Nantua, ou toute autre, s'alliant avec le poisson.

PAIN DE BROCHET A LA NEMOURS

Préparer la même farce que ci-dessus, la faire pocher dans un moule à couronne, puis préparer un tout petit peu d'appareil à croquettes de pommes de terre et y mélanger 100 gr. de queues de crevettes décortiquées ; façonner ces croquettes en forme de petites boules rondes, grosseur de noix, les paner et faire frire au dernier moment. Préparer aussi une sauce crevettes. Démouler le pain, l'arroser, et ranger les croquettes autour.

QUENELLES DE BROCHET LYONNAISE (D'APRÈS ESCOFFIER)

En premier lieu il faut faire une sorte de panade aux œufs en délayant tout ensemble dans une casserole 2 œufs entiers, 100 gr. de farine, une pincée de sel, un quart de litre de lait froid et 30 gr. de beurre.

Remuer sur le feu à la spatule jusqu'à ce que l'on ait une pâte épaisse comme de la pâte à choux et la faire refroidir. Pendant ce temps piler 250 gr. de graisse de rognon de bœuf bien sèche et bien épluchée; quand elle est réduite à l'état de pâte, la retirer du mortier et piler 500 gr. de chair de brochet (crue) soigneusement épluchée; le brochet étant pilé, y remettre la graisse et mélanger au pilon puis ajouter la panade refroidie, en continuant de bien amalgamer le tout ; y ajouter finalement le sel, et poivre et épices nécessaires et 2 œufs entiers. Passer cette farce au tamis, puis la travailler à la spatule et en faire pocher une petite quenelle dans de l'eau bouillante salée pour juger de sa consistance et de son assaisonnement ; si elle ne tenait pas assez, ajouter à cette farce de l'œuf, puis la diviser en cuillerées que l'on roule sur la planche farinée ; former des grosses quenelles : les faire pocher dans de l'eau bouillante salée pendant un quart d'heure, mais sans bouillir. Les servir bien égouttées après les avoir laissé mijoter dans une sauce Nantua aux écrevisses ou une sauce crevettes pour remplacer économiquement la sauce Nantua. Pour faire ces quenelles il faut absolument un mortier.

LA CARPE

Type de la famille des *Cyprinidés* ou *cyprins*, dont il existe un spécimen très joli, *le cyprin doré* qui fut importé de Chine en 1748 et que l'on admire dans nos bassins et aquariums (voir fig. 42, page 25). On prête à la carpe une longévité exceptionnelle, et ce poisson atteint un poids et une grosseur remarquables, mais ce ne sont pas ces spécimens qui sont les plus fins.

Voici donc quelques recettes de carpe, et répétons que ce poisson peut se faire en matelote, ou se court-bouillonner ; cependant la nature de sa chair réclame plutôt le braisage.

CARPE AU BLEU

Ce sont les petites carpes qui se font ainsi en procédant comme il est dit pour les truites (voir plus loin).

CARPE A LA CHAMBORD (D'APRÈS URBAIN DUBOIS)

Comme je le dis plus haut ce plat de grand style peut s'exécuter avec un brochet, une truite ou un saumon. Dans l'ancienne cuisine, c'était le nec plus ultra en matière de poisson, pour les repas d'apparat et, certes, un tel plat exécuté classiquement a de l'allure. Il comporte de multiples garnitures, mais aujourd'hui où l'économie nous oblige à lésiner, on pourra toujours en supprimer deux ou trois. En voici la nomenclature : quenelles en farce de poisson, champignons, queues de crevettes et même d'écrevisses, huîtres frites, laitances de carpe frites, goujons frits, écrevisses troussées.

La cuisson se fait ainsi : vider la carpe par les ouïes sans ouvrir le ventre, la laver et bien essuyer, s'assurer qu'il ne reste aucun organe intérieur. On aura préparé une farce à quenelles de poisson à la panade avec un petit brochet, par exemple, lequel devra donner tout épluché 375 gr. de chairs nettes (pour la farce, voir pp. 53 et suiv.). Avec une partie de cette farce remplir sans excès le ventre du poisson ; je dis sans excès parce que la farce gonfle en cuisant et risquerait de faire éclater la peau du ventre. Ensuite dépouiller la largeur de la main sur un côté de la carpe en glissant un petit couteau entre cuir et chair et recouvrir cette partie dénudée avec une mince couche de farce sur laquelle on applique un décor truffé. Le poisson étant ainsi préparé, il faut le mettre à cuire et pour cela le placer sur un lit d'oignons émincés, échalotes, bouquet garni et le mouiller d'une bouteillle de bon vin rouge de Bordeaux ou Bourgogne, assaisonner et faire prendre l'ébullition, et, comme le poisson n'est pas, et ne doit pas être baigné, couvrir le dessus d'un papier bien huilé et faire braiser ce poisson dans un four qui maintienne un léger frémissement au vin ; de temps à autre, arroser le poisson sauf sur la partie farcie et décorée qui doit rester nette ; elle devrait même être enveloppée d'une mince barde de lard. La cuisson d'un poisson pesant 2 kilos tout farci demande environ 40 à 45 minutes, pendant lesquelles on prépare la garniture.

Tout d'abord avec un peu de la farce qui reste on remplit copieusement 4 cuillers à soupe beurrées, décorées de motifs de truffes, et on les fait pocher dans de l'eau bouillante salée, mais sans les laisser bouillir ; additionner le reste de farce de quelques débris de truffes hachées et en faire une trentaine de petites quenelles rondes que l'on poche à l'eau aussi. Cuire 250 gr. de champignons, et court-bouillonner quatre belles écrevisses troussées ; couper la laitance de la carpe en tranches et les faire pocher et refroidir, puis les paner, à l'œuf et chapelure. Paner de même une douzaine de petits goujons ou éperlans, et deux douzaines d'huîtres que l'on aura extraites de leur coquille et cuites dans leur eau. Toutes ces garnitures prêtes, la sauce est faite avec la cuisson du poisson. Celle-ci se fait réduire de moitié et on s'en sert

Turbot braisé au vin d'Alsace →

pour mouiller un roux blond fait avec 40 gr. de beurre et 2 cuillers pleines de farine; si la sauce est trop épaisse y mettre seulement de la cuisson des champignons, puis la beurrer fortement hors du feu, relever l'assaisonnement, sel, poivre et un filet d'essence d'anchois et de la sorte tout est prêt ; on fait frire à l'huile brûlante les goujons, laitances et huîtres, on dresse sur un grand plat ovale le poisson bien égoutté, on l'arrose de quelques cuillerées de sauce et on range autour par petits bouquets séparés, les champignons, quenelles truffées et queues de crevettes liés d'un peu de sauce; on met aussi un petit tas d'huîtres frites et de laitances et entre chaque garniture on place un goujon frit, on termine ce beau dressage en mettant à chaque bout du plat les écrevisses troussées et de chaque côté du poisson, les deux grosses quenelles décorées. Servir très chaud et pour cela il convient de remettre un peu au four le plat dressé qui s'est trouvé refroidi par ce long dressage. Servir la sauce à part.

J'ai longuement détaillé ce plat parce qu'il serait dommage qu'une belle pièce comme celle-ci soit mal présentée. Mais je dois à la vérité d'ajouter qu'il est bien passé de mode.

CARPE FARCIE

Faire une farce avec un peu de mie de pain trempée au lait, deux jaunes d'œufs durs, une noix de beurre, sel, poivre, oignon et échalotes hachés cuits au beurre blond, et y ajouter, si possible, la laitance écrasée. Introduire cette farce dans le poisson que l'on aura vidé par les ouïes, sans ouvrir le ventre. Placer la carpe dans un plat creux et la mouiller au bon vin rouge, assaisonner et cuire au four en arrosant souvent.

Lier la sauce avec 50 gr. de beurre manié avec une cuillerée de farine, la brunir avec glace de viande ou caramel ; goûter, relever s'il y a lieu, et mettre autour du poisson des champignons cuits et des petits oignons glacés (facultatif). Napper le tout avec la sauce et servir très chaud.

CARPE A LA JUIVE A L'ORIENTALE

Ce plat qui appartient à la cuisine juive, et qui peut aussi se faire avec un brochet, se prépare en cuisant le poisson, coupé en morceaux assez minces, avec quelques lames d'oignons, d'échalotes préalablement sautés avec deux cuillerées d'huile. Poudrer de 30 à 40 gr. de farine, cuire un instant et mouiller avec vin blanc et eau ; assaisonner, relever avec un peu d'ail écrasé, deux tasses d'huile et donner l'ébullition ; cuire doucement 20 à 25 minutes, la carpe étant un poisson à chair ferme.

Retirer alors les morceaux, et les ranger sur le plat pour reformer le poisson, autant que possible ; puis réduire la cuisson en plein feu avec une pincée de safran et verser sur le poisson que l'on met au frais, car il se sert froid, la sauce formant gelée.

Dans la cuisine juive, on fait aussi cuire la carpe avec de la bière et la sauce se lie avec un peu de pain d'épice émietté dedans.

CARPE A LA MARINIÈRE

Écailler et vider une carpe moyenne, couper les nageoires et la mettre dans un plat creux à four, assaisonner et mouiller le poisson à mi-hauteur avec du bon vin blanc additionné de quelques minces rouelles d'oignons et échalotes ; le couvrir d'un papier huilé et faire braiser au four en l'arrosant. Il faut environ 30 à 40 minutes de cuisson. Pendant ce temps, cuire 150 gr. de champignons bien blancs; avec la cuisson du poisson et des champignons faire une sauce blanche crémeuse, liée de deux jaunes d'œufs; laisser la carpe dans son plat et l'entourer des champignons, la couvrir avec la sauce, semer de la mie de pain dessus et faire gratiner au four, puis la servir avec une douzaine de petits gardons panés et frits disposés autour.

CARPE A LA POLONAISE (D'APRÈS ESCOFFIER)

La carpe se farcit avec une farce de poisson (voir farce à la panade, p. 55), puis on la braise avec du vin rouge et un peu de fumet de poisson si possible. On met autour oignons et échalotes émincés, un bouquet de romarin, sel et grains de poivre, puis 60 gr. de pain d'épice en morceaux. Faire cuire au four, à petit feu, une heure environ pour une carpe farcie du poids d'un bon kilo et demi, en l'arrosant quelquefois.

Pour la sauce, faire caraméliser assez fortement, mais sans brûler, une cuillerée de sucre en poudre, le mouiller d'un peu de vinaigre pour faire dissoudre ce sucre, puis ajouter la cuisson de la carpe bien réduite et passée au tamis avec le pain d'épice qui assure la liaison de la sauce comme le ferait la farine ; ajouter facultativement un bon morceau de beurre frais, relever la sauce au cayenne et la finir avec quelques amandes coupées en minces filets et grillées.

La sauce se sert à part.

CASSOLETTES A LA DIPLOMATE

L'on recherche beaucoup les laitances de carpes et l'on en fait de fines petites entrées légères, soit dans des croûtes feuilletées, soit dans

des cassolettes en porcelaine. On fait bien dégorger les laitances à l'eau puis on les poche doucement au beurre, on les escalope ensuite et on en garnit les cassolettes en y mêlant des lames de truffes et des queues d'écrevisses. Les napper alors d'une sauce Nantua faite avec les coquilles d'écrevisses.

GOUJONS ET GARDONS

Ces poissons, dont le premier est beaucoup plus fin que le second et appartient à la famille des *Cyprins* et le second aux *Leciscus*, sont exclusivement réservés à la friture, faite suivant les principes énoncés page 40, c'est-à-dire trempés dans du lait froid salé et roulés dans la farine. Quelquefois des sujets un peu gros sont traités à la meunière.

LE LAVARET ET LE FÉRA

Le lavaret est un poisson très fin du genre corégone que je n'ai utilisé qu'à Grenoble ou à Aix; c'est un produit de lac extrêmement fin à chair blanche qui se cuit soit au court-bouillon, soit à la poêle suivant sa grosseur; comme il est excellent il est plus prudent de ne pas le dénaturer par des manipulations inutiles.

Le féra est un poisson de la même famille qui se trouve surtout dans les lacs de Suisse.

LA TRUITE DE RIVIÈRE

Un des plus utilisés et des plus intéressants sujets de la rivière (voir fig. 41, page 25). Elle réunit la couleur chatoyante de sa robe à la finesse de sa chair et se prête à de multiples combinaisons culinaires simples et savantes, chaudes ou froides.

La truite, de même que la truite saumonée et le saumon, appartient à la famille des *Salmonidés*.

PETITES TRUITES DE RIVIÈRE AU BLEU

Pour ce genre de préparation il faut des truites vivantes, c'est-à-dire qu'il ne faut les tuer que juste au moment de les cuire. Les vider

rapidement et ne pas les gratter ni essuyer, car c'est le limon qui les recouvre qui leur vaut cette teinte bleue que l'on recherche. Les jeter dans un court-bouillon bouillant et fortement vinaigré. Cinq minutes de cuisson suffisent. Les servir sur serviette avec persil en branches et beurre fondu à part (voir hors-texte, p. 164).

Les petits brochetons et les carpes se font aussi au bleu.

PETITES TRUITES DE RIVIÈRE A LA MEUNIÈRE

Pour un poisson aussi fin, je crois que la plus simple des préparations est celle qui peut le mieux en faire ressortir la qualité. Il est inutile d'insister sur la façon de procéder et de répéter ce qui a été dit en tête de cet ouvrage pour la cuisson à la meunière. Passer au lait, à la farine, cuire au beurre noisette, arroser de citron et beurre brûlant. Décorer le plat de demi-lames de citron, semer du persil haché dessus.

TRUITES A LA CRÈME

Ranger les truites dans un plat à gratin avec sel, poivre, fines herbes, citron, et simplement mouillées de quelques cuillerées de lait. Cuire au four 15 minutes, puis égoutter la cuisson en casserole, y mélanger une tasse à thé de crème épaisse, réduire le tout de moitié, lier d'un léger beurre manié, verser sur les truites, semer de la chapelure et faire gratiner.

TRUITES GLACÉES AU VIN ROUGE

Pocher les truites au vin rouge avec un peu d'oignon émincé autour. Réduire la cuisson, la lier au beurre manié et verser sur les truites; les faire glacer à four très vif et entourer de croûtons de pain frits.

TRUITES A LA GRENOBLOISE

Les préparer à la meunière, mais verser un peu de mie de pain frite dessus et semer une pincée de câpres. Arroser de jus de citron.

TRUITES A LA HUSSARDE

Vider les truites par les ouïes et les farcir (voir fig. 57 et 58, page 31) avec une farce composée de 100 gr. de mie de pain trempée au lait froid, un oignon haché cuit au beurre, du persil haché, 30 gr. de beurre et un jaune d'œuf, pour six truites. Bien relever l'assaison-

nement de cette farce avec du poivre de paprika. Mettre au fond d'un plat à four une couche d'oignon haché cuit au beurre sans être coloré; ranger les truites farcies dessus, assaisonner, mouiller d'un verre de vin blanc et faire pocher au four. Dresser les truites sur un plat long, réduire de moitié la cuisson et la lier d'un beurre manié. Bien la beurrer hors du feu et relever au paprika, verser sur les truites et faire dorer à feu très vif.

TRUITES DE RIVIÈRE A LA MACONNAISE

Nettoyer et vider 8 petites truites de rivière de 100 gr., puis les faire pocher au vin rouge. Pour les garnir, faire jaunir au beurre une demi-livre de très petits oignons réguliers, les mouiller ensuite avec du bouillon et les laisser cuire tout doucement, sans qu'ils s'écrasent avec une noix de beurre frais, un morceau de sucre et sans les couvrir pour que le bouillon soit presque complètement évaporé quand les oignons seront cuits. Faire cuire aussi, suivant le procédé ordinaire, 250 gr. de petits champignons bien blancs ; cette garniture sera préparée avant de cuire les truites ; quand celles-ci sont pochées, égoutter le vin de cuisson et le faire réduire dans une casserole placée en plein feu avec gros comme une noix de glace de viande. Quand il est réduit des trois quarts, le lier avec un fort morceau de beurre que l'on aura pétri avec une cuillerée de farine, de façon que cette liaison épaississe le vin et en forme une sauce crémeuse, susceptible de napper les poissons, sans cependant être trop épaisse, autrement il faudrait la liquéfier avec du bouillon. Après quelques légers bouillons, retirer la sauce du feu et la beurrer fortement avec du beurre fin, puis donner une couleur plus brune à cette sauce en y ajoutant quelques gouttes de caramel ou glace de viande. Ceci est indispensable, car le vin rouge cuit, mêlé de farine, prend une teinte lie de vin fort peu appétissante. Dresser les truites sur un plat long chaud, puis ranger autour les petits oignons glacés d'un côté, et les champignons bien égouttés de l'autre; napper le tout très copieusement avec la sauce après s'être assuré de son parfait assaisonnement.

TRUITES DE RIVIÈRE A LA MANTOUE

Cuire les truites à la meunière ; les dresser sur plat long et les arroser d'une sauce italienne, sans jambon (voir sauces).

TRUITES DE RIVIÈRE A LA MUGUETTE

Pocher les truites suivant la méthode habituelle. Laisser totalement refroidir. Enlever délicatement la peau. Ne la laisser qu'à la

tête et sur une partie de la queue. Décorer avec vert de poireau et feuilles d'estragon blanchies, blanc et jaune d'œufs durs. Lustrer à la gelée. Poser les truites sur un fond de gelée hachée.

Les truites se font aussi en filets, au gratin, en friture, grillées au gril. Enfin bien des recettes données pour d'autres poissons leur sont applicables. On les sert froides également comme je le mentionne au chapitre des poissons froids. Parlons à présent des truites saumonées.

TRUITE SAUMONÉE

Elle représente le poisson de grand luxe qui se donne dans les dîners sur invitation aux époques de l'année où on peut se le procurer, car il n'y en a pas toujours; mais en dehors de la saison, il y a ces mêmes truites congelées, qui n'ont pas la même valeur, mais sont cependant fréquemment employées. C'est un poisson qui fait toujours son petit effet, qu'il soit servi chaud ou froid. Chaud il est exquis, froid il se prête à des dressages artistiques, de même que les saumons, mais ces derniers sont généralement trop gros pour le service d'une maison bourgeoise et ils sont réservés pour les hôtels et restaurants.

Voici des recettes de truites saumonées pour servir chaudes.

TRUITE SAUMONÉE A LA BRILLAT-SAVARIN

Faire braiser la truite au vin blanc en l'arrosant souvent, puis préparer des croustades en pâte brisée, cuire aussi 12 écrevisses, les éplucher, garder les chairs des queues et faire un beurre d'écrevisses avec les carapaces (voir p. 52) pour le mettre dans une excellente sauce faite avec le fond de cuisson de la truite et des écrevisses. Préparer une garniture de champignons et de laitances de poissons pochées au vin blanc et escalopées, lier cette garniture d'un peu de sauce Nantua ; ajouter quelques lames de truffes et garnir les croûtes avec. Dresser le poisson dépouillé, piquer dans la chair quelques crevettes rouges et entourer des croustades. Sauce à part.

TRUITE SAUMONÉE A LA CHIVRY

La truite se fait pocher dans un court-bouillon additionné de vin blanc. Le court-bouillon bien condimenté se cuit d'avance, se verse froid sur la truite placée dans la poissonnière; faire partir l'ébullition, puis tenir sur le côté pour éviter l'éclatement des chairs ; une truite doit être présentée impeccable, et cuire sans dépasser le frémissement.

Pendant sa cuisson, préparer des petites croûtes en pâte dans des moules à bateaux. Remplir ces croûtes avec un salpicon de crevettes et champignons, lié d'une sauce cardinal (voir sauces) et préparer aussi une sauce verte chaude dite sauce Chivry (voir sauces).

La truite est dressée sur plat long couchée sur le côté, dépouillée ; disposer tout le long du corps une rangée de lames minces de citron, persil frisé autour, et dans ce persil, poser les petites barquettes avec 3 pommes de terre à l'anglaise entre chaque.

Sauce à part et servir très chaud.

TRUITE SAUMONÉE A LA MARQUISE

Faire pocher, suivant la formule énoncée en tête de cet ouvrage, une belle truite saumonée de 3 livres et demie à 4 livres ; préparer pendant sa cuisson une garniture comportant des écrevisses cuites au court-bouillon au vin blanc, et des coquilles Saint-Jacques très petites; remplir les coquilles Saint-Jacques d'un ragoût d'huîtres, champignons et crevettes liés d'une sauce Mornay, faire gratiner. Préparer une excellente sauce Nantua avec une huitaine d'écrevisses dont les queues seront utilisées dans les coquilles. Dresser la truite sur plat long chaud, dépouiller le côté qui se présente et y appliquer une rangée de lames de truffes, entourer de persil frisé dans lequel on incruste les coquilles entre chacune desquelles on place une écrevisse troussée. Servir une sauce Nantua en même temps. Dressage très simple, mais élégant.

TRUITE SAUMONÉE SAUCE MOUSSELINE

La truite se cuit entière au court-bouillon, se dresse sur serviette avec persil et bordure de citron. On peut la dépouiller, mais ce n'est pas obligatoire, sa robe d'argent lui faisant une très jolie parure. On sert à part une sauce mousseline ou hollandaise et des pommes de terre à l'anglaise.

On peut enjoliver la présentation en piquant sur le dos de belles crevettes rouges. En Angleterre on sert une salade de concombre avec truite et saumon même chauds.

TRUITE SAUMONÉE A LA NORVÉGIENNE

La truite étant pochée et totalement froide, la dépouiller, décorer et lustrer fortement à la gelée. Faire prendre au fond du plat de service une couche de gelée bien limpide; sur cette gelée,

poser un fond en riz taillé et dresser la truite dessus. Piquer sur celle-ci une rangée de belles crevettes roses dont la queue sera décortiquée et l'entourer de petites timbales en concombre fortement blanchies, marinées et garnies en dôme de purée de saumon fumé : toutes petites tomates ou demi-tomates pelées, pressées dans un coin de torchon pour leur donner une forme ronde, piquées d'un fragment de queue de persil et décorées de feuilles en beurre vert poussées au cornet; petites barquettes en betterave cuite et marinée, garnies de salade de crevettes ; demi-œufs durs glacés à la gelée. Servir une sauce russe à part.

On peut varier la garniture suivant les goûts et les époques : Barquettes (en pâte à foncer) garnies de purée de saumon fumé ; petits fonds d'artichauts garnis de salade de crevettes; demi-œufs durs et salade de laitue.

TRUITE SAUMONÉE A LA RÉGENCE

Après avoir fait cuire la truite, faire réduire jusqu'à la valeur d'un quart de litre le court-bouillon auquel on incorpore un quart de litre de velouté ; lier le tout avec deux jaunes d'œufs. Beurrer cette sauce avec 100 gr. de beurre d'écrevisses; puis y ajouter une garniture régence composée de laitances, de quenelles de poisson, de champignons, crevettes et queues d'écrevisses. Dresser la garniture autour de la truite et poser dessus de chaque côté 4 belles quenelles à la cuiller décorées aux truffes.

LE SAUMON

Ce magnifique poisson (voir fig. 39, page 25) se divise en deux espèces, il y a les migrateurs qui se partagent entre la mer et la rivière et les sédentaires qui se confinent dans les lacs ou les rivières. C'est un fort beau poisson que l'on peut appeler : le roi des fleuves. Il vit dans la mer mais il vient chaque année déposer ses œufs dans les fleuves et les rivières, parfois à des distances considérables de la côte. Les jeunes naissent ainsi dans les eaux douces et y résident environ un an avant de regagner la mer. Ils reviennent ensuite à l'époque voulue aux lieux mêmes de leur naissance; chacun sait comment le saumon remonte les cours d'eau les plus rapides par des sauts dans lesquels il sort entièrement de l'eau, s'élançant d'un vigoureux coup de queue.

Mais ce qui nous intéresse ici ce ne sont pas ses mœurs ni sa pêche; c'est sa présentation sur notre table. J'y arrive, et voilà en ce

qui le concerne des recettes s'ajoutant à celles de la truite saumonée qui lui sont toutes applicables.

Le saumon entier se court-bouillonne et se dresse comme la truite saumonée, accompagné des mêmes sauces et garnitures. Mais comme on n'a pas toujours l'utilisation d'un saumon entier, on peut, le plus souvent, l'acheter au détail et le servir sous forme de tranches que l'on appelle des darnes, dont voici quelques recettes d'accommodement.

DARNES DE SAUMON A LA BATELIÈRE

Prendre deux darnes pesant 500 gr. environ chacune, et les faire pocher dans un bon court-bouillon au vin blanc.

Pour la garniture, prendre une douzaine de très petites coquilles Saint-Jacques, les faire ouvrir sur le fourneau, les vider, puis laver la chair ; y mélanger quelques lames de champignons cuits et des queues de crevettes, puis regarnir les coquilles, bien nettoyées, avec ce ragoût lié d'un peu de sauce ; les faire gratiner au four.

Dresser les darnes de saumon sur un plat rond bien chaud, disposer les coquilles autour en les alternant avec de belles écrevisses troussées, cuites au court-bouillon et servir le reste de la sauce à part.

DARNES DE SAUMON A LA FOYOT

Cuire les darnes à la meunière et les entourer d'une couronne de pommes de terre noisettes. Servir à part une sauce Valois (béarnaise additionnée de glace de viande fondue).

MÉDAILLONS DE SAUMON A LA JEANNETTE

Dans une petite queue de saumon désossée, tailler des escalopes d'un demi-centimètre d'épaisseur, et les parer pour qu'elles soient rondes, les assaisonner, fariner et cuire au beurre bien chaud à la sauteuse ou à la poêle. Faire cuire autour les parures également ; puis préparer une très petite quantité de sauce béchamel épaisse ; hacher grossièrement 5 ou 6 champignons cuits au beurre et un peu de truffe. Lier ces parures, champignons et truffe avec 2 cuillerées de béchamel, bien assaisonner et en recouvrir les escalopes cuites. Les ranger sur plat à gratin, les napper de sauce Mornay et poudrer de gruyère et mie de pain ; faire gratiner vivement, puis dresser ces médaillons autour d'une petite jardinière de légumes nouveaux liée à la crème.

NOTA. — Au chapitre des petites entrées de poissons on trouvera diverses recettes délicieuses et peu coûteuses, qui pourront dans bien des cas servir à utiliser des restes.

MOUSSELINE DE SAUMON A LA CHANTILLY

Avec 250 gr. de saumon faire une farce mousseline (voir farces), forcer la couleur avec quelques gouttes de carmin et faire pocher au bain-marie dans des moules à babas beurrés, en les tenant 15 minutes au four sans ébullition. Les démouler et les napper d'une sauce mousseline additionnée de beurre d'écrevisses ; poser une queue d'écrevisse ou une demi seulement sur chaque petite timbale. Champignons bien blancs au milieu du plat mais pas saucés. Cerfeuil haché dessus.

Ces mêmes petites entrées exquises, peu banales, peuvent être garnies et saucées différemment.

PAIN DE SAUMON A LA VALOIS

Ce pain de poisson peut être fait avec n'importe quel poisson et si le saumon fait plus riche, le brochet, le colin, le merlan peuvent être employés par économie. Il faut tout d'abord préparer 2 tasses à thé de béchamel épaisse et la faire refroidir; puis piler environ 400 gr. de poisson cru, soit saumon, soit brochet, soit colin ; quand ce poisson est bien pilé y mélanger béchamel froide, sel, poivre, épices, 60 gr. de crème épaisse et enfin un œuf entier et 3 jaunes d'œufs. Passer cette purée au tamis fin et si l'on a employé un poisson blanc, relever la couleur avec un peu de carmin breton. La faire pocher dans un moule à timbale beurré en le mettant au bain-marie dans le four. Servir avec une sauce béarnaise additionnée de glace de viande fondue.

COULIBIAC DE SAUMON

1° *La pâte :* Préparer dans une terrine un levain composé de 250 grammes de farine, de 2 décilitres de lait tiède et 7 à 8 grammes de levure.

Travailler ce levain à la spatule, afin de l'obtenir très homogène, et le mettre à lever en le plaçant dans un endroit chaud.

Lorsqu'il est bien levé, lui ajouter 250 grammes de farine, 250 grammes de beurre fondu, 3 œufs entiers et une pincée de sel.

Travailler cette pâte pour la rendre très lisse ; la renverser sur le marbre fariné et la manier légèrement.

La remettre dans la terrine et la laisser reposer, au chaud, pendant une heure environ.

2° *Garnitures :* A) Détailler en filets minces et longs 800 gr. de chair de saumon dont on aura supprimé la peau et les arêtes.

Assaisonner ces filets de sel et de paprika, et les mettre à cuire dans un plat beurré avec un décilitre de vin blanc et un jus de citron.

B) Hacher 300 gr. de vésiga cuit et le mettre à étuver, à chaleur douce, avec un peu de beurre, une forte cuillerée d'échalote et de ciboulette hachées et fondues au beurre.

Ajouter deux cuillerées de fenouil et de persil hachés.

Débarrasser dans un plat et ajouter à cet appareil, lorsqu'il est froid, 4 œufs durs, coupés en dés ou en lames, et 100 grammes de champignons hachés, passés au beurre.

C) Faire cuire au consommé 200 grammes de grosse semoule.

Lorsqu'elle est cuite, l'étaler sur un plat et la faire sécher à l'étuve, puis la passer à travers un tamis à grosses mailles.

3° *Montage et cuisson du coulibiac :* Former la pâte en boule sur la table farinée et l'amincir en une abaisse oblongue, épaisse de 6 à 8 millimètres et d'une longueur de 50 centimètres sur une largeur de 30 centimètres.

Placer cette abaisse sur un torchon fariné et monter le pâté en le garnissant des divers éléments indiqués plus haut, en observant de les alterner par couches et en ne plaçant cette garniture que sur la surface médiane de l'abaisse, c'est-à-dire en ne lui donnant que 10 centimètres de largeur sur une longueur de 25 à 30.

Relever les bords de l'abaisse, de façon à envelopper les garnitures et en les soudant à la dorure.

Retourner le coulibiac sur une plaque beurrée, afin de placer en dessous les parties soudées, et le laisser reposer, en un endroit chaud, pendant trente minutes.

Le dorer, le saupoudrer de mie de pain et, après l'avoir creusé de deux cheminées, le mettre à cuire à four chaud.

Le dresser sur un grand plat long et servir, en même temps, une saucière de beurre fondu.

Observations : Habituellement, en France, on prépare le coulibiac avec de la pâte à brioche commune, sans sucre. Cette pratique s'éloigne quelque peu de celle en usage en Russie.

On garnit aussi quelquefois le coulibiac avec du riz en place de semoule. Parfois aussi on lui ajoute une garniture complémentaire de filets de sole, étuvés au beurre.

NOTA. — Puisque c'est de la cuisine russe il faut autant que possible lui conserver son caractère propre.

SAUMON GRILLÉ

Le saumon à griller doit être détaillé en tranches sur le milieu de la pièce. L'épaisseur moyenne de ces tranches est de 3 centimètres. Assaisonner, badigeonner d'huile ou de beurre fondu;

placer les tranches sur le gril bien chauffé à l'avance et les faire griller à feu vif d'abord, et des deux côtés pour en assurer la coloration. Terminer la cuisson sur feu modéré.

Les tranches de saumon grillées se servent généralement sur un beurre composé : beurre maître-d'hôtel, d'anchois, ravigote, etc.

On peut aussi les accompagner d'une sauce béarnaise ou de toute autre sauce spéciale aux poissons grillés.

Comme tous les poissons grillés, le saumon grillé est habituellement accompagné de pommes de terre à l'anglaise.

ZÉPHIRS DE POISSONS

Nous plaçons ici cette légère et délicate entrée qui peut se faire avec brochet, merlan, barbue, turbot, ou saumon.

Vous trouverez la formule de la farce zéphir au chapitre des farces, page 54. Lorsqu'elle est prête, beurrer des moules à babas ou autres de même contenance — on ne les fait pas en grand moule —, les remplir et pocher au four au bain-marie 12 minutes environ ; puis les démouler et arroser d'une sauce de poisson quelconque qui détermine l'appellation : à la Joinville, ou la cardinal, Nantua, mousseline, béarnaise, etc.

COQUILLAGES ET CRUSTACÉS

Ceux-ci jouent, dans la cuisine, un rôle qui n'est pas négligeable ; les crustacés forment une famille qui comprend tous les animaux de mer ou d'eau douce à carapace : c'est la famille des *Décapodes macroures* et le homard appartient au genre *Astaciens*, ainsi que la langouste. Nous trouvons encore dans cette famille les crabes, les tourteaux, les langoustines, et même les crevettes qui se classent dans le genre *Salicoque.*

Quant aux coquillages il y en a de telles sortes que l'on ne s'occupe en cuisine que des principaux qui vont de la coquille Saint-Jacques aux coques en passant par les palourdes, les pétoncles, les clovisses, les moules et n'oublions pas les délicieuses huîtres.

Passons la revue gourmande de tous ces hôtes de l'onde amère comme de l'eau douce, puisque l'écrevisse de nos rivières est aussi un crustacé.

Nous commencerons par les coquillages et poursuivrons par le homard, qui partage avec la langouste (qui n'est pas sa femelle comme on pourrait le croire) le sceptre royal des crustacés.

LES CLOVISSES FARCIES

Cuire au vin blanc deux douzaines de grosses clovisses, avec aromates et poivre, les sortir et ne garder qu'une coquille dans laquelle on met la chair et les ranger en plat à four. Faire revenir à l'huile un oignon haché, quelques champignons hachés, puis deux tomates pelées et hachées, un peu d'ail, fines herbes et mie de pain trempée au lait et pressée. Sauter le tout pour que ce soit assez compact et en remplir chaque coquille par-dessus la clovisse, poudrer de chapelure, arroser d'huile d'olive et gratiner à four vif.

On peut, bien entendu, faire de même les moules, les praires, les clams, les palourdes.

LES COQUILLES SAINT-JACQUES

Petite entrée très généralement appréciée (voir fig. 45, page 26), les coquilles Saint-Jacques doivent être choisies bien lourdes et fermées, ce qui est vrai d'ailleurs pour tous les coquillages. (Préparation, voir fig. 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, pages 34 et 35.)

Poser les coquilles sur le fourneau ou au four, cinq minutes pour qu'elles s'ouvrent. Les détacher alors des coquilles, dont on réserve le côté creux, puis laver soigneusement les chairs à plusieurs eaux, car elles sont sableuses et supprimer totalement la partie noire qui constitue la poche excrémentielle de la bête.

COQUILLES A LA BORDELAISE

Faire jaunir au beurre une cuillerée d'oignon haché, autant de carotte en petits dés, une échalote et trois champignons hachés crus, mouiller d'une cuillerée de cognac et flamber puis, un demi-verre de vin blanc, une cuillerée de purée de tomates, assaisonner et mettre la chair et le corail des coquilles à cuire dans ce fond pendant 15 minutes, retirer la chair et réduire fortement la cuisson avec une demi-noix de glace de viande ; la sortir du feu, y mêler un bon morceau de beurre, un peu de persil haché et arroser de cette sauce la chair des Saint-Jacques escalopée et remise dans leurs coquilles.

COQUILLES A LA DIABLE

Cuire les chairs comme ci-dessus, puis les hacher finement, faire revenir au beurre un oignon haché, le poudrer d'une petite cuillerée de farine, mouiller avec de la cuisson passée, et ajouter la chair hachée, un morceau de mie de pain rassis gros comme un œuf, trempée dans du lait froid, et pressée dans les mains, puis émiettée ; ajouter encore persil haché, sel et poivre moulu, une cuillerée à café de moutarde et cuire le tout ensemble quelques minutes, puis remplir les coquilles, y emer de la chapelure, arroser de beurre et gratiner.

COQUILLES A LA FLORENTINE

Cuire la chair comme il est dit, au vin blanc ; préparer 400 gr. de beaux épinards cuits en feuilles sans les hacher, les presser dans les mains, les sauter au beurre et les répartir dans 8 coquilles Saint-Jacques, poser dessus la chair et le corail escalopés et recouvrir le tout d'une bonne sauce Mornay dans laquelle on aura mêlé la cuisson très réduite des chairs. Semer du gruyère, de la mie de pain et faire gratiner.

COQUILLES AU GRATIN

Hacher 150 gr. de champignons crus pour 6 coquilles, faire ouvrir celles-ci, détacher les chairs, les laver et les hacher plus grossièrement que les champignons. Chauffer fortement du beurre en sautoir et y faire revenir les chairs des coquilles, 10 minutes après y ajouter les champignons, continuer de cuire le tout un quart d'heure, puis mouiller d'un peu de vin blanc, une échalote finement hachée et du persil, une cuillerée de purée de tomates et l'assaisonnement nécessaire. Cuire un quart d'heure, lier d'une noix de beurre maniée avec une pincée de farine ; remplir les coquilles creuses bien nettoyées, semer de la chapelure brune et gratiner. Jus de citron en servant.

COQUILLES A L'INDIENNE

Cuire les coquilles au vin blanc et faire une sauce avec la cuisson, un peu de crème et une forte pincée de currie. Garnir le fond des coquilles avec une cuillerée de riz à la créole ; poser dessus les chairs escalopées et napper de sauce au currie bien crémée mais pas trop épaisse.

COQUILLES A LA MORNAY

Cuites au vin blanc, escalopées, remises en coquille avec ou sans champignons fondus au beurre, nappées de sauce Mornay, saupoudrées de gruyère râpé, et dorées au four chaud.

COQUILLES A LA NORMANDE

Les cuire, comme ci-dessus, les escaloper et y mêler des champignons et quelques moules, napper d'une sauce crémeuse faite avec la cuisson liée aux jaunes et bien beurrée ; remplir les coquilles, les napper et passer 3 minutes à four très chaud pour dorer la surface de la sauce.

Poser sur chacune un petit éperlan pané et frit très sec.

COQUILLES SAINT-JACQUES A LA PARISIENNE

Faire cuire les chairs dans un petit court-bouillon composé de vin blanc (assez pour baigner), un oignon et une échalote émincés et un petit bouquet garni, sel et poivre. Cuire dix minutes et cuire aussi à part 125 gr. de champignons. Faire ensuite une sauce assez épaisse avec 50 gr. de beurre, une grosse cuillerée de farine, mouiller avec la cuisson des coquilles passée à la passoire fine et compléter avec du lait, cuire cette sauce quelques minutes, puis couper en petits

morceaux la chair des coquilles et les champignons, lier le tout avec la sauce et bien relever l'assaisonnement. Remuer sur le feu pendant cinq minutes, puis retirer, ajouter 50 gr. de gruyère râpé; garnir les coquilles creuses bien bro sées et essuyées, semer dessus fromage et chapelure et faire gratiner. Servir brûlantes.

CRUSTACÉS

CRABES ET TOURTEAUX A LA MORNAY

Les cuire à l'eau salée bouillante 35 minutes pour 1 kilo, et quand ils sont froids, casser pattes et pinces et en retirer les chairs. Arracher toute la partie du dessous pour ne conserver que la coquille, et éplucher toute la chair que l'on mélange avec la partie crémeuse contenue dans le coffre, semer dessus fromage et chapelure; arroser de beurre et faire gratiner; servir avec une couronne de persil. On peut aussi les préparer froids (voir poissons froids).

LES CREVETTES

Bien que le plus souvent dégustées telles quelles en hors-d'œuvre (voir fig. 44, page 26), on peut aussi les servir chaudes, soit dans des croûtes de bouchées ou des tartelettes, soit dans des petites coquilles, liées d'une sauce appropriée, mélangées si l'on veut de champignons ou de quenelles de poisson qui corrigent l'excès de salaison des crevettes grises. Je n'en parle que pour mémoire, car la ménagère n'aura pas souvent à y faire appel.

LES MOULES

Autrefois on voyait aux portes de Paris des marchandes de moules cuites, de même qu'en plein air à la porte des guinguettes; ces temps sont révolus et la moule est devenue un mets presque aristocratique.

Indépendamment des préparations qui lui sont propres et qui constituent des plats exquis pour qui les aime et peut les digérer, car il y a des tempéraments réfractaires, les moules font partie de nombreuses garnitures de poissons, timbales, vol-au-vent, etc.

La moule est un mollusque lamellibranche qui se fixe après les rochers ou les pierres au moyen d'une membrane appelée : *byssus*. On s'abstient généralement d'en consommer pendant les mois sans « r » de mai à août inclus, sauf au bord de la mer où elles n'ont pas à subir l'inconvénient du voyage.

Petites truites de rivière au bleu →

NETTOYAGE DES MOULES

On reproche parfois aux moules d'être sableuses malgré des lavages répétés ; cela tient souvent à ce que l'on s'y prend mal pour les nettoyer. Voici la bonne technique : au lieu de commencer par gratter les moules, commencer par les laver à grande eau en les y brassant bien, puis les enlever à la main et les égoutter. La moitié se trouveront déjà bien propres. Les gratter alors s'il le faut une à une et les mettre à mesure dans une bassine, mais *sans eau*, voilà l'important. Ce n'est qu'une fois toutes grattées que l'on fait couler l'eau dessus et qu'on les remue vivement ; renouveler l'eau jusqu'à ce qu'elle soit bien claire. Si l'on met les moules une à une dans une eau tranquille elles s'entr'ouvrent dès qu'elles sentent la fraîcheur et lorsqu'elles se referment elles emprisonnent le sable en suspens dans l'eau. Elles doivent toujours s'y trouver remuées afin que la peur les empêche de s'ouvrir. Voilà la raison de cette manière de faire.

MOULES A LA RÉMOULADE

Cuire un litre de grosses moules avec un peu de vin blanc, échalotes et persil et les sortir de la coquille, passer le jus au linge et le faire réduire très fortement, de façon à n'en conserver qu'une demi-tasse à café. Couper très finement un peu de céleri-rave et le mélanger avec un peu de pommes de terre cuites à l'eau, lier en salade avec une sauce moutardée comme le céleri rémoulade. Disposer cette salade en ravier, la recouvrir avec les moules et arroser celles-ci avec leur cuisson réduite. En raison du degré de salaison de cette dernière, il ne faut pas assaisonner la sauce rémoulade, sinon avec un peu de cayenne.

MOULES A L'INDIENNE

Faire cuire un rizotto (voir légumes) avec une forte pincée de currie, cuire aussi des moules au vin blanc, les sortir de la coquille, ôter la membrane nerveuse qui les entoure, les mêler au riz, faire réduire la cuisson des moules avec aussi une prise de currie, la passer et laisser refroidir, lui incorporer une ou deux cuillerées de mayonnaise et arroser le mélange de riz et moules, servir glacé ; veiller à ne saler qu'à peine le riz car la cuisson des moules réduite se trouve très salée.

MOULES A LA MARINIÈRE

Gratter et laver soigneusement les moules, puis les mettre à cuire avec un verre de vin blanc, une cuillerée d'échalotes hachées finement, une branche de persil, thym et laurier, et une pincée de poivre (pas de sel). Lorsque les moules sont bien ouvertes et que la cuisson passe bien

par-dessus, elles sont cuites ; une cuisson prolongée plus qu'il n'est nécessaire rend les moules coriaces et les ratatine. Égoutter la cuisson dans une autre casserole, y ajouter un bon morceau de beurre et du persil haché et la faire réduire en plein feu, à grands bouillons, jusqu'à moitié de son volume ; verser sur les moules, dont on a retiré une coquille. Persil haché dessus.

MOULES A LA POULETTE

Même cuisson que ci-dessus, puis égoutter le liquide, le laisser reposer et le passer doucement au linge. Faire un roux avec 40 gr. de beurre et 30 gr. de farine pour deux à trois litres de moules, le mouiller avec cette cuisson et un peu de lait bouilli, donner un bouillon seulement, puis délayer 2 jaunes d'œufs avec un peu de crème et lier la sauce avec, en lui redonnant un bouillon tout en la fouettant vivement. Poivrer un peu, saler s'il le faut, et ajouter soit un peu de beurre, soit de la crème de préférence. Retirer une coquille aux moules, les ranger en plat creux, verser la sauce et semer du persil haché. Par économie on peut supprimer les jaunes.

MOULES A LA VILLEROY

Avec de grosses moules cuites comme ci-dessus, décortiquées et épongées on présente un plat assez peu banal.

Faire une béchamel bien épaisse, liée avec un jaune d'œuf, tremper les moules dedans une à une pour bien les enrober de cette sauce, puis les rouler dans la mie de pain et les laisser un peu refroidir, ensuite les tremper dans l'œuf battu puis dans la mie de pain une seconde fois et enfin les faire frire soit à l'huile soit avec beurre et huile. C'est très bon et peut servir de garniture pour des gros poissons comme la carpe à la Chambord.

HUITRES FRITES

Faire pocher dans leur eau, sans presque bouillir, 2 douzaines de belles huîtres assez grosses, les égoutter et faire refroidir sous presse dans un torchon; les fariner et les paner à l'anglaise, les frire au beurre au dernier moment et les servir dans de très petites coquilles Saint-Jacques avec une rondelle de citron en-dessous et un petit bouquet de persil frit au milieu. Trois huîtres dans chaque coquille.

HUITRES A LA MORNAY

Préparer les huîtres comme ci-dessus sans les paner; faire une sauce béchamel assez épaisse, liée d'un jaune d'œuf et additionnée de

fromage; mettre un peu de sauce dans le fond des coquilles. Poser 3 huîtres sur chacune, les couvrir de même sauce, semer du fromage dessus et faire gratiner à four chaud. Les dresser sur serviette.

HUITRES A LA VILLEROY

Même préparation ; les éponger entre 2 torchons et les fariner, les rouler dans une sauce béchamel très épaisse, liée avec jaunes sur le feu; les rouler dans de la chapelure blanche et les paner à l'anglaise, puis à la mie de pain une deuxième fois. Les frire au beurre et dresser sur serviette.

Les moules se présentent de même, mais comme il serait malaisé de les dresser dans leurs propres coquilles, on se sert alors de très petites coquilles Saint-Jacques, c'est plus présentable. Les moules et huîtres à la Villeroy constituent aussi de belles garnitures pour gros poissons chauds.

LE HOMARD

LES DEMOISELLES DE CHERBOURG

On donne ce nom à des petits homards ne pesant pas plus de 200 à 250 gr.; on peut les servir chauds ou froids, à la sauce crème, à la créole, à l'américaine, etc., ou à la gelée, gentiment dressés sur socle.

HOMARD A L'AMÉRICAINE

Bien que cette dénomination soit absolument fantaisiste, la force de la routine nous condamne à l'employer (voir fig. 59, 60, 61, 62, pages 31 et 32), mais non sans faire remarquer que le véritable nom que l'on devrait accoler à cette préparation est selon certains collègues non à l'*américaine*, mais à l'*armoricaine*. Mais le principal c'est que la recette soit bonne ; la mienne est fameuse.

Prendre de préférence des petits homards bien vivants et pesant ensemble 1 kg. 500. Les découper sans hésitation ni attendrissement en morceaux pas trop gros et les jeter à mesure dans un sautoir contenant du beurre et de l'huile brûlants; faire revenir comme un ragoût jusqu'à coloration de la carapace ; à ce moment, y jeter une cuillerée à potage d'échalotes hachées, puis, une minute après, ajouter une petite pointe d'ail écrasé; verser un demi-décilitre de cognac et faire flamber ; quand il est éteint, mouiller le homard avec une demi-bouteille de vin blanc, et quatre cuillerées de purée de tomates. Saler, poivrer et laisser cuire

à bon feu soutenu pendant vingt minutes environ. Le homard étant cuit, retirer les morceaux un par un et les mettre dans une timbale pour les tenir au chaud, pendant que l'on finit la sauce en la mettant en plein feu avec gros comme un œuf de glace de viande, persil et estragon hachés, puis le liquide qui s'est écoulé du homard en le découpant et qui en est le sang; y mettre aussi les parties crémeuses verdâtres ou jaunes qui étaient dans le coffre du homard et qu'il faut garder précieusement ainsi que le sang.

Triturer ces intestins dans une assiette avec un bon morceau de beurre et mettre dans la sauce ce qui a pour effet de la lier, comme le sang du lièvre lie le civet. Le tout étant mélangé dans le sautoir, donner deux ou trois bouillons, goûter et relever la sauce avec un peu de cayenne, puis la verser sur le homard sans la passer, et poudrer de persil grossièrement haché. Sauce assez courte.

HOMARD A L'AURORE

On fait cuire dans un court-bouillon un homard, du poids de 1.500 gr. puis on le détaille en morceaux en retirant la plus grande partie des carapaces. On fait alors sauter au beurre très légèrement ce homard découpé, afin de le réchauffer ; puis on le mouille avec un verre à liqueur de cognac qu'on laisse réduire à moitié ; et on y ajoute une ou deux cuillerées de purée de tomates et un décilitre de sauce béchamel très légère faite avec de la crème, au lieu de lait si possible. On assaisonne d'une façon assez relevée et on laisse mijoter lentement pendant quelques minutes.

Pendant ces préparatifs on aura apprêté une petite bordure en pommes de terre duchesse couchée à la poche sur un plat ; et on la fait colorer au four. On dresse le homard, nappé de sa sauce, au centre de la bordure, et sur celle-ci on dispose, de place en place, une douzaine de têtes de champignons grillées et remplies d'une purée de jaunes d'œufs durs liée à la crème double, le tout fortement assaisonné.

HOMARD A LA CARDINAL

Cuire le homard au court-bouillon; le partager en deux dans la longueur et extraire les chairs de la queue sans abîmer les carapaces. Les couper et les tenir au chaud dans un peu de sauce cardinal (voir sauces). Hacher un peu les chairs des pinces, y mélanger quelques champignons et truffes en dés et lier également ce hachis avec de la sauce cardinal, puis l'étaler dans le fond des deux demi-carapaces et par-dessus disposer les escalopes de queues de homard avec une cuillerée de sauce entre chaque. Napper de quelques cuillerées de sauce cardinal bien épaisse et tenue relevée au cayenne, saupoudrer de

gruyère râpé et faire glacer à four très vif. Dresser sur serviette avec bordure de persil frisé. On peut entremêler les chairs de lamelles de truffes.

HOMARD A LA CRÉOLE OU A L'INDIENNE

Cuire d'avance le homard au court-bouillon (eau très salée seulement), le fendre en deux et en retirer les chairs, casser les pinces, et l'éplucher le mieux possible. Couper les chairs en lames, les faire chauffer légèrement au beurre, puis les laisser mijoter dans une bonne sauce au currie. Dresser le homard dans une timbale ou un légumier et servir à part le riz à la créole (voir ce mot). Servir une saucière de sauce currie à part si possible.

HOMARD A LA NEW-BURG

Ceci est à mon sens encore meilleur que le précédent et plus doux.

Cuire le homard au court-bouillon, puis le décortiquer et couper la chair des queues en escalopes, casser les pinces et en extraire les chairs ainsi que celles des coffres et pattes. Faire chauffer légèrement ces chairs au beurre en sautoir, puis y mettre un verre à liqueur de fine champagne et un décilitre de madère. Laisser mijoter quelques minutes puis mouiller avec 125 gr. de crème épaisse ; ajouter quelques champignons, lames de truffes, sel et cayenne; faire réduire doucement et, au dernier moment, verser dans le sautoir une liaison composée de deux jaunes d'œufs et un peu de crème. Ne pas laisser bouillir et servir aussitôt.

NOTA. — Avec ce homard de même qu'avec celui à l'américaine, il n'est pas mauvais de servir du riz à la créole à part.

HOMARD A LA RUSSE (ASPIC DE)

Enrober les escalopes de sauce mayonnaise additionnée de gelée ; les décorer avec truffes, corail, etc., et les disposer, debout, dans un moule à bordure fortement chemisé de gelée blanche ; en les plaçant de façon que le côté décoré apparaisse après le démoulage de l'aspic. Finir de remplir le moule de gelée; laisser prendre ; démouler au moment et dresser une salade russe au milieu de la bordure. Servir froid.

Autre dressage : Chemiser de gelée un moule uni. Placer les escalopes de homard décorées de truffes contre les parois en les chevauchant légèrement les unes sur les autres. Garnir l'emplacement resté vide d'une salade russe. Remplir le moule de gelée et laisser prendre. Servir accompagné de 6 petits fonds d'artichauts

garnis également de salade russe, dont la moitié teintée légèrement de rose, les lustrer à la gelée après les avoir décorés de truffes.

HOMARD A LA THERMIDOR

Fendre et partager en deux un homard vivant du poids de 500 gr. et placer les deux moitiés dans un sautoir contenant beurre et huile brûlants, le côté chair saisi le premier. Au bout de six à huit minutes, retourner les morceaux, assaisonner de sel et poivre et mettre un grand quart d'heure à four très chaud pour rôtir le homard. Pendant ce temps, faire blondir au beurre une cuillerée à soupe d'échalotes hachées, y mettre un grand verre de vin blanc, le laisser réduire de moitié, puis y ajouter une demi-livre de crème épaisse et quelques cuillerées de béchamel, une forte pincée de cerfeuil haché, sel, poivre de cayenne, faire réduire fortement en tournant à la spatule jusqu'à ce que la sauce nappe. Le homard étant cuit, retirer toutes les chairs sans détériorer les carapaces et les couper en petits dés, les ajouter à la sauce et en continuer un peu la cuisson, puis terminer hors du feu avec une pincée de moutarde en poudre et 100 gr. de gruyère râpé. Remplir les carapaces avec ce hachis, semer du gruyère dessus et faire glacer à feu vif. Servir sur serviette. Pour faire un beau service, il faut des petits homards de 500 gr. environ et on en sert un demi à chaque convive.

LA LANGOUSTE

La langouste peut s'apprêter comme le homard (voir fig. 63, page 32) ; il est donc inutile de répéter les recettes. Je ferai seulement observer que la langouste est meilleure froide que chaude, alors que le contraire s'observe pour le homard. Voici cependant trois formules qui peuvent aussi servir pour le homard.

LANGOUSTE EN BELLEVUE A LA PARISIENNE

La langouste vidée par-dessus, remplie soit de chiffonnade de laitues, soit de salade de légumes à la mayonnaise additionnée de gelée. Les escalopes décorées de truffes, feuilles de cerfeuil, corail, lustrées à la gelée, chevauchées dessus. Servir froid.

Garnitures : Petits fonds d'artichauts remplis de salade de légumes divers, additionnée de salpicon de langouste, assaisonnée de mayonnaise liée, décorés de truffes et lustrés à la gelée; moitiés

d'œufs durs décorés de truffes, lustrés à la gelée; cœurs de laitues. Sauce mayonnaise.

NOTA. — On peut remplacer les fonds d'artichauts par de petites tomates bien calibrées.

LANGOUSTE A LA CARDINAL

Mêmes apprêts que le homard à la cardinal, voir page 146.

LANGOUSTE GRILLÉE A LA DIABLE

Prendre une langouste vivante, la fendre sur le dos et dans le sens de sa longueur ; l'assaisonner, l'huiler et la faire griller à feu doux, en comptant de vingt à trente minutes environ par kilo pour la cuisson. Dresser et envoyer une sauce diable ou autre, mais assaisonnée d'un goût très relevé.

LANGOUSTE A LA NORMANDE

Après avoir fait cuire la langouste au court-bouillon, on la partage en deux, dans le sens de sa longueur et on taille en escalopes la chair de sa queue. On brise les pattes pour en retirer les chairs que l'on découpe en tronçons et mélange avec moules, champignons et lames de truffes. Le tout préalablement cuit, additionné d'une sauce normande faite avec la cuisson des moules et des champignons et liée aux jaunes d'œufs. Avec cette composition, garnir le fond des carapaces et disposer dessus les escalopes de langouste. Recouvrir de sauce et faire glacer à feu assez vif. Pour servir, poser les langoustes sur plat long, disposer des lames de truffes dessus et, autour, des goujons panés et frits alternés avec des écrevisses troussées.

LANGOUSTE A LA POMPADOUR
(d'après « Le Cordon Bleu »)

Plat exquis à recommander dans un dîner, lorsque l'on craint que la langouste soit contre-indiquée à certains convives. Faire une langouste préparée à la cardinal (voir plus haut) et des filets de soles au vin blanc. On dresse sur un même plat long les moitiés de langouste et on les encadre avec quelques filets de soles au vin blanc (voir p. 131). Bien entendu on prendra une langouste un peu moins grosse que si elle devait être servie seule.

LANGOUSTE A LA THERMIDOR

Mêmes apprêts que le homard à la thermidor, page 170.

LES LANGOUSTINES

Les langoustines se traitent exactement comme les écrevisses (voir fig. 48, page 26); elles peuvent aussi se servir à la créole, mais on ne sert que les queues décortiquées, on en fait aussi un potage bisque moins coûteux et aussi bon que celui aux écrevisses.

PILAFF DE CRABES

Cuire de gros crabes au court-bouillon et en extraire les chairs, que l'on lie avec une sauce à son gré, soit une sauce américaine que l'on peut faire avec les carapaces de crabes en se référant à peu près à la recette du homard à l'américaine, soit une sauce crevettes, cardinal, etc., et dresser les chairs bien chauffées dans la sauce au centre d'un riz pilaff dressé en couronne, ou encore, deuxième manière, tasser le riz dans un bol ou un moule beurré avec un creux au centre pour mettre la chair légèrement liée de sauce. Recouvrir de riz, démouler sur plat rond et verser un coulis à l'américaine autour. (Pour le riz pilaff, voir p. 210.) On fait aussi du pilaff de crevettes.

TOURTEAUX A LA MORNAY

Les tourteaux (voir fig. 46, page 26) sont de très gros crabes qui constituent de bonnes entrées chaudes ou froides. Les brosser soigneusement sous le robinet et les plonger dans de l'eau bien bouillante très salée et où ils baignent largement. Les cuire 35 minutes pour un kilog et les égoutter ; étant un peu refroidis, les éplucher en conservant la partie principale de la carapace, ou test, qu'on lave et essuie, casser pattes, pinces et queue pour extraire toute la chair, préparer une sauce Mornay, en mettre quelques cuillerées au fond de la coquille, la chair par-dessus, napper le tout de sauce, semer du gruyère, de la mie de pain, beurrer et gratiner. Servir bouillant dans la carapace même.

TOURTEAU A LA CRÉOLE

Faire cuire quelques cuillerées de riz à la créole et faire aussi une sauce au currie.

Le tourteau cuit et épluché comme ci-dessus, mettre le riz bien sec dans le fond de la carapace, les chairs dessus et napper de sauce dont on passe une saucière à part.

TOURTEAU A LA JARDINIÈRE

Procéder de même en mêlant aux chairs une jardinière de légumes, arroser le tout de beurre noisette, ou de sauce veloutée.

TOURTEAU A LA RUSSE

Cuire le tourteau (ou le crabe) au court-bouillon. Laisser refroidir ; détacher les pattes et les pinces, ainsi que le plastron. Retirer tout le contenu de la coquille; détailler en dés la chair de l'intérieur, parée et bien débarrassée de toutes les parties dures. Retirer aussi la chair des pattes et des pinces et la détailler en dés.

Assaisonner la chair d'une mayonnaise additionnée de la substance crémeuse (de couleur jaunâtre) qui se trouve dans l'intérieur du crustacé.

Garnir de cette salade la coquille creusée, préalablement nettoyée à l'eau et essuyée. Lisser la surface en dôme.

Décorer avec des tranches de tomates, œufs durs, cornichons, léger cordon de mayonnaise fait au cornet ou à la poche ; persil frisé.

LES GRENOUILLES

La gent croassante qui peuple les étangs et les mares, et qui, tout comme bien des humains ne peut résister à l'appât d'un ruban rouge, fournit aussi son tribut à la gourmandise. On n'en sert que les cuisses qui sont présentées à la vente sous forme de brochettes appétissantes, presque prêtes à cuire. Mais s'assurer surtout de la fraîcheur car rien ne se corrompt aussi vite.

GRENOUILLES SAUTÉES AUX FINES HERBES

Les grenouilles s'achètent en brochettes toutes préparées, mais il faut encore couper les doigts des pattes avec des ciseaux. On les fait sauter à la poêle au beurre bien chaud, persil haché et on sert avec quartiers de citron et arrosées de jus de citron.

GRENOUILLES EN BEIGNETS

Il faut les macérer un peu d'avance avec sel, poivre, persil haché et filet de vinaigre. Les éponger au dernier moment et les tremper dans une pâte à frire, les plonger cinq minutes à friture brûlante; servir en buisson avec persil frit.

Il n'y a pas beaucoup de façons d'accommoder ce batracien; cependant en les faisant sauter à la poêle on peut y ajouter un peu de mie de pain frite au beurre, ou de l'ail, de l'échalote hachée, suivant son goût ; on peut aussi mêler des champignons rissolés au beurre ou des pommes de terre en petits dés. On peut aussi faire un rizotto et les mélanger dedans, ou les faire à l'indienne dans une bordure de riz créole.

GRENOUILLES A LA POULETTE

Les cuire doucement au beurre et couvertes pour éviter la coloration et les lier avec une sauce poulette. Les dresser avec du persil haché.

PATÉS ET TIMBALES DE POISSON

Nous allons à présent, tout en restant dans les plats froids, vous parler des pâtés de poisson qui peuvent rendre de bons services les jours maigres.

On connaît surtout : LE PATÉ DE SAUMON.

Faire une farce de poisson (voir p. 54) avec un brocheton, foncer en pâte un moule à pâté, le piquer au fond avec le petit couteau, mettre une couche de farce sur laquelle on place une tranche de saumon assaisonnée et marinée une heure avec un filet de cognac; la recouvrir de farce et fermer le pâté avec le reste de la pâte, dorer à l'œuf, faire un petit trou au milieu du couvercle et cuire trois quarts d'heure à four chaud pour un pâté de 1 kilo. Laisser refroidir pour servir.

La farce de ces pâtés se fait avec la panade aux œufs (page 55).

ASPIC DE HOMARD OU LANGOUSTE

Chemiser un moule à douille avec une bonne gelée (voir fig. 64, 65, 66, 67, 68, 69, pages 32, 33, 34), puis décorer le fond avec des lames de truffes alternées de rondelles de blanc d'œuf dur; disposer dessus de belles tranches de queues de homard décorées de truffe et placées debout contre le moule; recouvrir de gelée bien froide, mais liquide, et laisser prendre sur glace. Remettre par-dessus cette première couche une seconde rangée de tranches de homard, la recouvrir de gelée et laisser encore sur glace. Procéder ainsi par étage jusqu'à ce que le moule soit plein et tenir dans la glace jusqu'au dernier moment. Pour démouler, passer vivement le moule à l'eau chaude et le retourner sur un plat rond garni d'une serviette; secouer pour décoller l'aspic. Servir tel quel.

CROUSTADE D'ÉCREVISSES AU GRATIN

La croustade se différencie de la timbale par sa forme qui est basse; au lieu d'être faite dans un moule à timbale elle est faite dans

un moule genre à moka, rond ou carré. Elle est plus facile à cuire que la timbale haute et on se sert plus facilement dedans puisque étant plus large et moins profonde on n'est pas obligé de puiser au fond.

Les mêmes garnitures conviennent aux croustades et aux timbales. En somme on peut les garnir de toutes sortes de poissons; en morceaux, en filets, en paupiettes, etc., et toujours mêlés de champignons, crevettes, truffes et liés de sauces adéquates.

Voici cependant une croustade riche quand on se trouve dans une contrée où l'écrevisse abonde.

Faire cuire des écrevisses à la Bordelaise (voir p. 179), les décortiquer et les lier avec une sauce crème dans laquelle on ajoute un fort beurre d'écrevisses fait avec les carapaces, sauf une douzaine de têtes que l'on réserve bien lavées et essuyées.

A ces queues d'écrevisses ajouter des quenelles de poissons et quelques champignons, mais les écrevisses doivent dominer. Quand le tout a mijoté quelques minutes verser dans la croustade, semer dessus un peu de parmesan râpé et de chapelure, arroser de beurre et faire gratiner à four assez chaud, puis, pour servir, disposer sur les bords de la croûte les quelques coffres d'écrevisses réservés.

LANGOUSTE OU HOMARD MAYONNAISE

Partager la langouste en deux et servir la sauce à part. La mayonnaise peut être remplacée par une autre sauce et la langouste par un homard. Les deux moitiés de langouste doivent être légèrement lavées et dressées sur un lit de persil. C'est le service nature.

LANGOUSTE A LA PARISIENNE

Faire cuire d'avance une langouste de 1 kilo à 1 kg. 200 dans une grande quantité d'eau bouillante très salée. Apprêter aussi une salade de légumes macédoine liée de mayonnaise additionnée de 10 gr. de gélatine fondue. Détacher la chair de la queue de langouste par-dessous sans abîmer la carapace et la couper en une dizaine de tranches minces que l'on décore de truffes et nappe de gelée. Dresser la carapace de la langouste sur un socle de riz façonné en plan incliné et recouvert de feuilles de laitue. Remplir de salade de légumes la queue de la langouste vidée de sa chair, et disposer tout le long du dos du crustacé les tranches de queues chevalées l'une sur l'autre. Garnir le tour de la langouste avec des croustades ou des fonds d'artichauts remplis de salade et des quartiers d'œufs placés entre eux. Border le plat de lames de citron et servir avec de la mayonnaise à part.

LANGOUSTE A LA RUSSE

Il faut procéder comme pour la langouste à la Parisienne, mais avec cette différence que les escalopes de langouste sont recouvertes d'une mayonnaise collée à la gelée, et décorées de truffes ou cornichons, œufs durs, betterave, etc. Garnir le tour de salade russe dans des très petites coquilles ou dans des croûtes en pâte brisée. Mayonnaise à part dans laquelle on aura mélangé le corail pilé et les parties crémeuses de l'intérieur passées au tamis.

PATÉ D'ANGUILLE A LA MARTINE

Ici l'anguille est désossée mais reste entière, et à la place de l'arête on bourre l'anguille d'une fine farce de poisson truffée; la tête est supprimée, ensuite l'envelopper comme une galantine dans un linge que l'on coud et la faire pocher une heure un quart à une heure et demie dans un bon court-bouillon au vin blanc bien condimenté de légumes et fines herbes. L'égoutter, la laisser refroidir, puis étendre une abaisse de pâte feuilletée de dimensions susceptibles de pouvoir envelopper l'anguille qui aura été déballée évidemment. Bien souder la pâte avec un peu d'œuf à la jointure mais ne pas trop l'appliquer car à la cuisson l'anguille gonfle et la pâte se déchirerait. Donner un peu la forme reptilienne, dorer et cuire trois quarts d'heure à four chaud. Servir chaud avec une sauce faite avec un peu de court-bouillon.

PATÉ CHAUD D'ANGUILLE A LA BRABANÇONNE (D'APRÈS BOUILLARD)

Écorcher deux ou trois anguilles de rivière de grosseur moyenne et les désosser. Couper les chairs en lamelles comme les escalopes et les sauter au beurre à la poêle avec du beurre sans coloration. Les assaisonner, arroser d'un filet de cognac, fines herbes et laisser refroidir; préparer une farce de brochet avec une panade aux œufs; ajouter à cette farce une petite poignée d'oseille émincée et fondue au beurre mais bien froide et pressée dans un linge pour extraire l'eau. Ajouter aussi les fines herbes et le cognac de macération, puis garnir le pâté de couches de farce et de couches d'anguille, verser 50 gr. de beurre fondu avant de couvrir le pâté de son couvercle; cuire à four chaud une bonne heure et servir chaud.

PATÉS DIVERS

On peut faire des pâtés avec des filets de soles, d'anguille ou autres poissons, mais à chair ferme. Il faut toujours une farce de

poisson faite en général avec du brochet, ou, aussi, avec du saumon. Si l'on sert ces pâtés chauds, il faut les accompagner d'une sauce légère de poisson, sauce vin blanc, cardinal, Nantua ou autre.

PATÉ LORRAIN (AUX TRUITES)

Ce plat excellent se mange froid, par conséquent il doit se faire la veille.

Il faut d'abord préparer une farce de poisson à la panade. A cette farce, bien liée aux œufs (voir p. 55), y mêler trois ou quatre morilles hachées cuites au beurre et refroidies. Mêler aussi un peu de truffes et fines herbes.

Pendant la préparation de cette farce, lever les filets de deux ou trois truites de rivière ; en détacher soigneusement les arêtes et les peaux et les faire macérer une heure avec sel, poivre, oignons et échalotes hachés, et un peu de vin blanc ou gris.

Tapisser un moule à pâté avec une pâte fine genre feuilletée; le garnir avec des couches de farce et des couches de filets de truites marinés. Le fermer avec de la pâte; dorer et cuire à four bien chaud 50 à 60 minutes. Peut se servir chaud, ou froid de préférence.

TIMBALE AUX FRUITS DE MER

Avoir une garniture de coquilles Saint-Jacques cuites au vin blanc et escalopées, de moules, de clovisses, d'huîtres, de queues de langoustines, enfin un assortiment de toutes sortes de petits produits marins. Chacun cuit séparément se réunit dans une sauce vin blanc bien crémée et à laquelle on ajoute en dernier lieu un beurre de langoustine fait avec les carapaces de celles employées. Sauce relevée au cayenne; verser la garniture en timbale.

TIMBALE DE POISSON A LA CARMÉLITE

Avec une pâte brisée foncer un moule à timbale beurré, le piquer au fond, le garnir avec une feuille de papier de soie et le remplir de légumes secs, riz ou autre pour la mettre à cuire à four chaud sans que la pâte puisse se déformer ; au bout de 20 à 25 minutes vider la timbale, dorer l'intérieur à l'œuf et la finir de cuire et sécher à four moyen.

La garniture se compose de filets de soles au vin blanc, de moules, crevettes, champignons et quenelles de poisson truffées, le tout lié d'une fine sauce vin blanc faite avec la cuisson des soles, des moules et des champignons.

VOL-AU-VENT DE POISSON LAVALLIÈRE

Toutes ces garnitures de timbales ou croustades peuvent se servir dans une croûte de vol-au-vent faite chez soi ou commandée chez le pâtissier. Ainsi en faisant pocher au vin blanc des filets de soles farcis, et les mélangeant dans une sauce Nantua à des quenelles, champignons, huîtres et crevettes ou queues d'écrevisses, on a une excellente garniture que l'on verse au dernier moment dans un beau vol-au-vent en disposant les filets de sole dessus et deux ou plusieurs écrevisses par-dessus pour décor.

LES ÉCREVISSES

Ce délicieux petit crustacé, si abondant autrefois dans nos rivières, est en voie de disparition et c'est dommage. Aussi le prix d'achat se ressent-il de la rareté du produit! Où est le temps où je les achetais aux Halles au détail pour 0 fr. 10 les petites et 0 fr. 15 les belles ?

C'est un crustacé décapode, c'est-à-dire muni de dix pattes, qui prend à la cuisson une belle couleur écarlate comme son rival le homard. Étant donné son prix, l'écrevisse sert plus comme garniture ou accessoire décoratif que comme plat, sauf dans les pays où elle abonde.

BUISSON D'ÉCREVISSES

Cuire les écrevisses au court-bouillon très condimenté, les laisser refroidir et les dresser en pyramide, sur une botte de beau persil frisé. Mais autrefois on avait un support exprès en fer blanc ; comme une fontaine à plusieurs étages dont le tour de chacun était dentelé et l'on accrochait les écrevisses par la queue après ces dents.

ÉCREVISSES A LA BORDELAISE

Couper en dés très fins et réguliers une carotte, un oignon et une échalote, faire revenir ce mirepoix au beurre jusqu'à ce qu'il jaunisse, y jeter 24 écrevisses vivantes et préparées comme il est dit page 180 : Écrevisses à la nage. Les faire sauter en plein feu jusqu'à ce que la carapace en devienne rouge, puis les flamber avec un demi-décilitre de cognac ; les mouiller avec un verre de vin blanc ; ajouter sel, poivre et persil haché, cuire à couvert à bon feu dix minutes. Dresser les écrevisses en timbale, réduire la cuisson en plein feu avec gros comme un œuf de glace de viande, puis ajouter hors du feu un bon morceau de beurre et verser sur les écrevisses. Poudrer de persil haché.

ÉCREVISSES A LA NAGE

C'est simplement un court-bouillon bien condimenté de carottes et oignons en rouelles minces, échalotes, persil, thym, laurier, sel et grains de poivre. Cuire ce court-bouillon vinaigré pour assurer la cuisson des légumes et y jeter les écrevisses auxquelles on arrache au préalable le boyau intestinal, en pinçant entre le pouce et l'index la palette du milieu de la queue et l'arrachant pour entraîner le boyau noir avec. Cuire à plein feu à casserole couverte de 8 à 12 minutes, suivant la grosseur des bestioles et servir tel quel dans le court-bouillon froid ou chaud.

GRATIN D'ÉCREVISSES

Faire sauter au beurre les écrevisses avec échalotes hachées, thym et laurier. Lorsqu'elles sont d'un beau rouge, les mouiller à hauteur avec du vin blanc; assaisonner avec sel et poivre et les faire cuire pendant dix à douze minutes. Égoutter alors les écrevisses, retirer de leur carapace les chairs. Ajouter un peu de champignons hachés à la cuisson d'écrevisses : faire réduire des deux tiers ; y ajouter une égale quantité de sauce brune et faire réduire un peu serré ; incorporer une cuillerée à café de persil haché. Cela fait, dresser sur un plat un turban en pommes duchesse, verser dans le milieu une couche de la sauce au gratin; par-dessus placer les chairs de queues d'écrevisses. Recouvrir le tout de sauce gratin; chapelurer, arroser de beurre fondu et faire gratiner au four.

Saumon froid de la Loire Cordon Bleu →

POISSONS ET CRUSTACÉS FROIDS

Un beau poisson est toujours un plat recherché, qu'il soit servi chaud ou froid ; le service froid a l'avantage de permettre une plus jolie présentation, voire même une présentation artistique, parce que l'on peut y consacrer tout le temps voulu pour le dressage et le décor, ce que l'on ne peut faire à un plat chaud qui s'en trouverait refroidi. De plus, dans un grand dîner, le poisson étant servi froid peut être fait la veille ce qui laisse plus de temps pour le reste du dîner, et troisièmement, pendant la saison chaude, un plat froid est toujours plus favorablement accueilli.

Voici donc une assez abondante documentation concernant ce genre de service en suivant ici aussi l'ordre alphabétique.

ASPIC DE FILETS DE SOLES EN BELLEVUE

Faire 200 gr. de farce fine de poisson avec deux merlans ou un petit brocheton, et bien la battre sur glace en y ajoutant deux cuillerées de crème. Colorer légèrement cette farce avec quelques gouttes de carmin et s'en servir pour farcir les filets de deux soles de 300 gr. chacune, pas plus, ces filets bien blancs, lavés et épongés. Les rouler sur eux-mêmes en paupiettes, et les y maintenir d'un tour de fil ; les ranger en casserole, les couvrir avec les arêtes, et les mouiller d'un verre de vin blanc. Cuire au four un quart d'heure sans bouillir et laisser refroidir. Chemiser un moule à aspic avec une bonne gelée, non colorée, puis couper les filets de soles en tranches par le travers, pour obtenir de jolies rondelles où la farce rose se détache sur la chair blanche des soles et appliquer ces rondelles debout le long des parois du moule tout autour ; garnir derrière ces rondelles avec des crevettes épluchées ; recouvrir de gelée presque prise cette première rangée et laisser bien prendre puis recommencer de même une seconde rangée, qui s'appuiera sur la partie prise ; si le moule est assez haut on fait 3 rangées, mais l'une après l'autre.

Bien recouvrir et remplir de gelée mi-prise, tenir dans la glace pour démouler sur serviette. Décorer le dessus avec quelques belles crevettes bouquet piquées et servir une mayonnaise très relevée à part.

BROCHET A LA GELÉE

Ce poisson cuit, refroidi et dépouillé sera décoré de cerfeuil, d'estragon, de blanc d'œuf dur, etc., et bien recouvert de gelée miprise. On l'entoure d'une garniture de salade appropriée, soit de crevettes, soit de légumes, dressée en barquettes ou dans des petites tomates creusées et assaisonnées, et on l'accompagne d'une sauce mayonnaise, ou verte, ou Chantilly.

BROCHET A LA STROGOFF

On peut aussi le garnir avec du caviar, soit en petites barquettes, soit dressé dans des moitiés d'œufs durs dont le jaune servira à faire la sauce tartare d'accompagnement. Avec un peu de goût et d'imagination on peut varier à l'infini les garnitures et décors.

CABILLAUD MARINA

Cuire au court-bouillon et refroidir des tranches de cabillaud ou de colin, les dresser sur plat froid et les décorer de minces lanières de saumon fumé cru que l'on dispose en quadrillage, mettre une rondelle d'olive dans les croisillons et border les tranches de poisson avec une mayonnaise assez épaisse que l'on couche à la poche avec douille cannelée. Lames minces de demi-citron autour du plat.

CARPE A LA JUIVE AUX RAISINS

Faire légèrement revenir à l'huile, sans laisser prendre couleur, un oignon et deux échalotes. Saupoudrer de farine et mouiller avec moitié eau et moitié vin blanc de façon à ce que la carpe puisse baigner. Ajouter bouquet, sel, poivre en grains et quelques cuillerées d'huile d'olive. Faire bouillir et placer le poisson coupé en tronçons, faire cuire doucement une demi-heure, dresser sur un plat long, faire réduire aux trois quarts la cuisson en y ajoutant une pincée de safran en poudre et verser sur la carpe reconstituée sur le plat. L'entourer de raisins de Smyrne et de Corinthe préalablement nettoyés. Servir quand la sauce est prise en gelée. Le brochet se fait de même.

COLIN A LA RUSSE

Partager en deux un beau morceau de colin cuit et froid et mettre dans un plat les deux moitiés dont les arêtes seront soigneusement ôtées. Garnir les deux bouts du plat avec un petit monticule de salade russe liée de mayonnaise et décorer l'ensemble à la poche et douille cannelée avec une mayonnaise très ferme, ce qui s'obtient en mettant un jaune d'œuf de plus pour la même proportion d'huile.

DARNES DE SAUMON A LA NÉVA

Lorsque le nombre de convives n'exige pas une pièce entière on fera cuire au court-bouillon trois ou quatre tranches de saumon ; cela s'appelle : des darnes. On les dresse chevalées l'une sur l'autre, glacées de gelée et décorées très sobrement ; les garnir avec des petites croustades remplies de salade de betterave, concombre ou céleri-rave selon la saison ; sur chaque croûte garnie poser une rondelle d'œuf dur et sur celle-ci un filet d'anchois roulé en bague avec une pincée de câpres au centre. Sauce mayonnaise très relevée à part.

Comme l'on peut appliquer au saumon toutes les recettes concernant la truite saumonée il n'y a pas lieu d'en parler davantage. Voir les recettes de la truite saumonée, plus recherchée que le saumon dans les dîners de maisons bourgeoises.

FILETS DE SOLES EN ÉVENTAIL

Ployer les filets en deux et les pocher avec jus de citron et vin blanc, refroidir sous légère presse et les disposer dans un plat long en forme d'éventail.

Les décorer de truffes et napper d'une bonne gelée faite avec les arêtes ; placer quelques écrevisses au court-bouillon pour finir la pointe de l'éventail, puis l'entourer de salade de macédoine de légumes liée à la mayonnaise collée avec de la gélatine fondue.

Cette salade peut aussi se mettre au fond du plat pour former socle sur lequel on dresse les filets. Border le plat de citron ou de gelée et servir une mayonnaise à part.

FILETS DE SOLES EN GELÉE

Les faire pocher au vin blanc et jus de citron pour qu'ils soient bien blancs, les refroidir et éponger, les dresser et décorer de truffes, les glacer de gelée et les garnir suivant son goût de salade ou autre.

POISSONS A LA GELÉE

Qu'il s'agisse de bars, de mulets, de loups de roches ou autres petites pièces ne dépassant pas 125 gr., il faut les cuire dans un court-bouillon bien condimenté et cuit à l'avance, les y laisser refroidir à moitié, les égoutter et les dresser en plat froid, les décorer soit d'estragon, cerfeuil, blanc d'œuf dur, betteraves, carottes ou truffes à son gré et les recouvrir d'une bonne gelée à l'estragon ou au vin blanc. Laisser solidifier cette gelée, puis border le plat soit de lames de citron, soit de tomates. On peut aussi garnir le tour des poissons de salade russe ou œufs durs, tomates, etc.

Les poissons froids peuvent aussi s'accompagner d'une sauce mayonnaise, tartare ou gribiche.

ROUGETS A LA NIÇOISE

Faire pocher des petits rougets avec du vin blanc et quelques anneaux d'oignons; quand ils sont refroidis, les dresser sur plat long côte à côte et disposer sur chacun une petite salade de tomates pelées, pressées, coupées en petits dés et assaisonnées à l'huile et vinaigre, cerfeuil haché. Placer sur la salade les rondelles d'oignons graduées et entourer les poissons avec leur cuisson bien réduite et froide. Décorer le plat de minces demi-lames de citron. Servir glacé.

LE SAUMON FROID

C'est la pièce classique pour les banquets, repas de noces ou de sociétés. Le saumon étant cuit au court-bouillon, et refroidi dans sa cuisson, se dresse sur plat froid; le dépouiller et servir avec une sauce verte ou autre sauce froide. On peut, si l'on présente la pièce entière, le décorer d'estragon, œufs durs, crevettes, truffes, etc.

SAUMON FROID DE LA LOIRE CORDON BLEU

(pour dix personnes).

Dans un court-bouillon au vin blanc parfumé aux aromates, cuit au préalable puis refroidi, pocher un saumon de 2 kg. Le laisser refroidir dans sa cuisson, l'égoutter, le dépouiller et le disposer sur le plat de service assez spacieux. Le décorer avec feuilles d'estragon blanchies, le lustrer avec une gelée maigre obtenue avec la cuisson du saumon.

Le garnir de trois éléments répétés pour chacun des convives :

1° Petite tomate évidée, macérée avec une prise de sel puis

farcie en dôme, à la poche ou à la cuiller, de mousseline de tomate ;

2° Petit tronçon de concombre blanchi fortement, bien égoutté, assaisonné et farci de même avec une farce mousseline composée d'une purée de jaunes d'œufs et aromatisée ;

3° 1/2 œuf dur farci d'une farce faite avec jaunes d'œufs, filets d'anchois et beurre frais par tiers. Ces garnitures seront également lustrées avec la gelée. Accompagner d'une saucière de sauce verte (voir hors-texte, p. 180).

René VIAUX, chef de Cuisine.
« *Meilleur ouvrier de France.* »

TERRINE D'ANGUILLE AU VERT (CUISINE BELGE)

Couper en tronçons des petites anguilles dépouillées et les passer au beurre dans une casserole, puis y ajouter une grosse poignée d'oseille ciselée, du persil, cerfeuil, ciboulette, sauge, pimprenelle, sarriette et estragon, le tout bien vert. Mouiller à hauteur avec moitié bière, ou si l'on préfère du vin blanc, et moitié eau pour baigner juste les anguilles. Assaisonner de sel et poivre, thym et laurier. Laisser cuire à bon feu 20 minutes, puis préparer une liaison avec 2 ou 3 jaunes d'œufs, un peu d'eau, un jus de citron et une cuillerée à café de fécule. Verser cette liaison bien mêlée dans la sauce des anguilles, donner un léger bouillon pour assurer la liaison et débarrasser le tout en terrine, pour servir froid ou tiède.

Ce plat belge est très en honneur chez nos voisins du Nord.

TRUITE FROIDE A LA NORVÉGIENNE

La truite étant pochée et bien froide, la dépouiller, décorer et lustrer fortement à la gelée.

Faire prendre au fond du plat de service une couche de gelée bien limpide; sur cette gelée, poser et dresser la truite. Piquer sur celle-ci une rangée de belles crevettes roses dont la queue sera décortiquée et l'entourer de petites timbales en concombre fortement blanchies, marinées et garnies en dôme de purée de saumon fumé ; toutes petites tomates ou demi-tomates pelées, pressées dans un coin de torchon pour leur donner une forme ronde, piquées d'un fragment de queue de persil et décorées de feuilles en beurre vert poussées au cornet ; petites barquettes en betterave cuite et marinée, garnies de salade de crevettes ; demi-œufs durs glacés à la gelée.

Servir une sauce russe à part.

TRUITE GLACÉE A LA GRAND-DUC

Faire cuire la truite au court-bouillon, laisser refroidir à moitié et l'égoutter ; la dresser couchée sur un plat long bien froid et la dépouiller. Partager le filet en deux d'abord dans la longueur en suivant la séparation nettement marquée tout le long, et ensuite, découper en travers chaque partie pour faciliter le service. Passer également le couteau à plat le long de l'arête pour détacher toute la chair sans la déplacer de sorte que le convive n'ait qu'à se servir avec la truelle. La garniture se fait avec 8 œufs durs ; les partager en deux en longueur, passer les jaunes au tamis et les délayer avec 80 gr. de beurre ramolli ; sel, poivre, et une cuillerée de mayonnaise. Diviser cette purée en deux parties ; dans une moitié, ajouter un peu de purée d'épinards, cresson, cerfeuil et estragon pour la verdir, et dans l'autre moitié, deux cuillerées de purée de tomate réduite pour la rosir. Remplir les moitiés d'œufs, les unes avec la purée verte, les autres avec la rose ; alterner les œufs autour, en les posant sur une rondelle de citron. Napper l'ensemble d'une légère gelée d'estragon sans être colorée ; border le plat de demi-lames de citron cannelées et servir une sauce verte en même temps. Le bar peut être présenté de même, ainsi que le saumon.

TRUITE A LA PARISIENNE

Faire pocher la truite au court-bouillon et la laisser refroidir ; la dresser alors sur un socle en riz et la masquer complètement d'une sauce mayonnaise à la gelée, dans laquelle on a ajouté 100 gr. d'huile d'écrevisses. Entourer la truite de croustades garnies de salade de légumes et de petites timbales de gelée de poisson, bien claires, dans laquelle on a mis des queues de crevettes.

NOTA. — L'huile d'écrevisses se fait en pilant les écrevisses avec 1 décilitre d'huile au lieu de beurre.

TRUITES DE RIVIÈRE A LA GELÉE

Faire pocher des petites truites au vin blanc et les laisser refroidir ; les égoutter, les dresser sur un plat long, et les napper de gelée mi-prise. Les décorer soit de crevettes roses, soit de feuilles d'estragon blanchies et les entourer de gelée hachée.

TRUITES DE RIVIÈRE A LA GELÉE AU VIN ROUGE

Les faire pocher avec du vin de Bourgogne qui sera ajouté à de la gelée en clarifiant celle-ci; foncer la couleur avec du caramel ; décorer les truites avec des petits motifs de légumes et les recouvrir, dans un

plat creux, avec la gelée qui doit être à peine plus prise qu'une gelée de groseille ; on ne sert pas de sauce, c'est la gelée qui la remplace.

En règle générale tous les poissons peuvent se servir froids; mais on n'attache de prix qu'aux belles pièces qui flattent l'œil, à la condition que ce ne soit pas au détriment du goût.

Pour être digne de la renommée de notre cuisine il faut qu'un plat allie ces deux qualités : « Beau et Bon ».

TRUITE SAUMONÉE FRANCINE

Pour un service de 8 à 10 personnes, pocher une belle truite saumonée de 1.500 à 1.800 gr. Après 30 à 40 minutes de cuisson, la faire refroidir et l'égoutter, enlever complètement la peau et la dresser en la plaçant sur le ventre, sur un socle en riz préalablement préparé et placé sur le milieu d'un plat ovale, non creux et froid. Après avoir décoré les deux côtés de la truite avec des petits motifs de truffes, on la glace à l'aide d'un pinceau trempé dans de la gelée mi-prise, puis on plante aux deux extrémités du poisson un hâtelet garni de belles crevettes roses préalablement trempées dans de la gelée pour les rendre brillantes. On dispose ensuite, autour du plat, des petites coquilles Saint-Jacques garnies d'une salade de légumes puis décorées et nappées de gelée. Entre les coquilles on intercale une moitié d'œuf dur évidé et garni de caviar. Couler un peu de gelée mi-prise dans le fond du plat tout autour du socle et servir très froid.

TRUITE SAUMONÉE A LA D'ORSAY

La truite court-bouillonnée et froide se dresse sur un lit de gelée hachée. L'entourer de petits aspics de crevettes moulés dans des moules à babas, et de moitiés d'œufs durs dont les uns sont remplis de caviar et les autres d'une salade de tomates. Sauce verte à part.

TRUITE SAUMONÉE A LA PRINTANIÈRE

La truite étant refroidie dans sa cuisson, mais à moitié seulement, puis égouttée, elle refroidira ainsi, et la chair en sera moins lavée que si elle refroidit complètement dans le court-bouillon; la dresser sur plat long, la dépouiller et décorer de blanc d'œuf et estragon blanchi ; la glacer de gelée mi-prise et l'entourer de petites barquettes en pâte remplies de légumes printaniers, dans les unes des carottes, dans d'autres des navets, des pois frais, des haricots verts ; chaque légume séparément lié d'une cuillerée de mayonnaise. Sauce Chantilly à part. La Chantilly est une mayonnaise allégée d'un peu de crème fouettée.

COMMENT PRÉSENTER DES RESTES DE POISSONS

(chauds ou froids)

Il y a de nombreuses façons de présenter des restes ; si ceux-ci sont importants on se contentera bien souvent de les réchauffer tels quels, mais lorsqu'il y en a peu, on les associera à un autre élément culinaire et on peut ainsi obtenir de copieuses entrées avec un reste infime. Passons en revue ces divers procédés : on fera tout comme avec la viande, des croquettes, des beignets, des gratins, et tant d'autres délicieuses préparations que voici.

BARQUETTES DE POISSON A LA SEMOULE

Lorsque l'on n'a qu'un très minime reste on le présente ainsi : en faire une purée ou un hachis suivant que la chair en est molle ou ferme, le lier légèrement de sauce ; préparer un peu de semoule soit 50 gr. que l'on fait cuire dans un quart de litre de lait bouillant, saler et poivrer et ajouter hors du feu un jaune d'œuf ; beurrer des moules à barquettes et les remplir au ras avec la semoule ; avec le bout du doigt faire un petit creux au centre, que l'on remplit d'une noix de purée de poisson, recouvrir très proprement de semoule bien en dôme, puis démouler et paner à l'œuf et chapelure blanche. Le moule ne servant qu'à donner la forme. Faire frire 3 minutes à friture brûlante et dresser avec une sauce très légère à part.

On les appelle : barquettes à la Chevreuse.

BEIGNETS

Avec très peu de reste, que l'on écrase, on mélangera une quantité égale de purée de pommes de terre et un jaune d'œuf. Assaisonner et lier sur le feu, puis diviser cette pâte et en faire comme des petites galettes, que l'on fait frire ou cuire au beurre à la poêle. Servir avec beurre fondu ou sauce tomate.

BROCHET A LA PALESTINE

Cuire des nouilles, les sauter au beurre et mettre en plat à gratin, les recouvrir avec le poisson effeuillé sans arêtes. Napper de sauce béchamel légère au fromage et gratiner.

Il est évident que du turbot ou de la barbue seraient aussi désignés que le brochet.

CADGERY DE POISSON

Préparer une sauce au currie (voir sauces) et aussi du riz à la créole et deux œufs durs ; effeuiller et éplucher le reste de poisson cuit, barbue, saumon, turbot ou même morue. Ranger dans une timbale ou un légumier creux, une couche de riz, par-dessus recouvrir de poisson et des rondelles d'œufs durs ; le napper de sauce, remettre aussi riz, poisson, œufs et sauce en terminant par celle-ci et chauffer au four avant de servir mais sans gratiner.

CAPILOTADE DE POISSON A LA PROVENÇALE

Un reste de poisson assez copieux, et surtout du poisson ferme comme anguille, congre, brochet, thon, se prête bien à cette entrée. On pèle et vide quelques tomates fraîches, on les coupe en quartiers et fait sauter à l'huile à la poêle avec une pointe d'ail écrasé et du persil haché; y mettre le poisson épluché et coupé en morceaux, quelques cuillerées de vin blanc et laisser mijoter dix minutes avant de servir.

COLIN A LA PARMENTIER

Cuire des pommes de terre à l'eau, les couper en lames assez épaisses et les placer en bordure sur un plat rond à gratin. Mettre au milieu le reste de colin, ou autre poisson, bien épluché dont on dispose ; parsemer dessus des champignons émincés et rissolés et recouvrir le tout d'une sauce crevettes si possible, ou simplement d'une béchamel un peu tomatée, ce qui lui donne la couleur crevette. Semer dessus un ou deux jaunes d'œufs durs hachés, arroser de beurre et faire mijoter un quart d'heure à four moyen.

COQUILLES DE LANGOUSTE

Même procédé que pour les coquilles de saumon à la parisienne.

Dans toutes ces préparations on peut employer du saumon de conserve ou du homard.

COQUILLES DE POISSON

Dans des coquilles vides de Saint-Jacques on met une cuillerée de sauce à poisson s'il en reste ou de la béchamel, on remplit avec du poisson épluché, et émietté, entremêlé de quelques lamelles de champignons cuits, on recouvre de même sauce et on sème gruyère ou chapelure dessus. Arroser de beurre et faire gratiner.

COQUILLES DE POISSON DUCHESSE

Avec une poche et une douille cannelée, border des coquilles Saint-Jacques avec de la purée de pommes de terre liée à l'œuf, remplir le milieu de poisson épluché, de champignons, de crevettes, de moules, etc., recouvrir de sauce Mornay et faire bien gratiner.

COQUILLES DE POISSON MAYONNAISE

Même procédé que ci-dessus dans des coquilles Saint-Jacques.

COQUILLES DE POISSON OU LANGOUSTE A LA THERMIDOR

Si, ayant servi un homard mayonnaise, il en reste un peu, en épluchant les pattes et la carapace on se trouve devant une certaine proportion. Alors on le hache, pas trop finement, et on le termine avec la sauce indiquée au chapitre des crustacés pour le homard Thermidor et on le dresse dans des coquilles Saint-Jacques que l'on fait gratiner.

COQUILLES DE SAUMON A LA PARISIENNE

Garnir le fond de coquilles Saint-Jacques avec un peu de laitue émincée ; disposer dessus du saumon cuit épluché, napper de mayonnaise serrée et décorer avec un œuf dur haché et une pincée de câpres.

CÔTELETTES

Même appareil que les croquettes, mais en les roulant on leur donne à la main la forme de petites côtelettes, les paner et cuire à la poêle, les dresser en couronne et piquer à chacune un petit bout de macaroni cru qui imite le manche et auquel on introduit une très petite papillote à côtelette.

On peut garnir le centre du plat avec un légume approprié : purée, riz, etc.

CROMESQUIS

Faire un appareil à croquettes et faire aussi d'avance une pâte à frire ; façonner des croquettes moitié plus petites que les autres et les tremper dans la pâte à frire, les plonger à friture brûlante et servir avec sauce tomate.

On fait les cromesquis lorsque les restes ne sont pas assez conséquents pour faire de belles croquettes.

CROQUETTES DE POISSONS

Couper en petits dés un reste de poisson et le lier avec juste assez de béchamel épaisse pour assembler les chairs. Ajouter un jaune d'œuf pour 150 gr. et 60 gr. de champignons cuits coupés aussi finement. Assaisonner et lier le tout sur le feu pour former une masse compacte ; laisser refroidir ; diviser en parties de 40 gr. environ, les rouler sur la table farinée, en forme de gros bouchons, les paner en les trempant dans le blanc d'œuf battu et dans la mie de pain, et les frire au dernier moment. Servir avec une sauce ou du beurre fondu.

CROUSTADES OU BARQUETTES DE POISSONS

Faire des petites croûtes en pâte brisée, soit en moules à tartelettes creux soit en moules à bateaux et les cuire d'avance ; couper en dés le poisson dont on dispose, y mélanger quelques champignons coupés, ou des crevettes, des moules, etc., si l'on n'a pas suffisamment de poisson, lier ce ragoût avec quelques cuillerées de sauce crevettes, Nantua, ou vin blanc ; le chauffer et remplir les croûtes tenues au chaud, les dresser sur serviette.

FISH-BALL

Préparer des pommes de terre en purée, y mélanger une quantité égale de poisson cuit, réduit en purée, haché ou écrasé (reste de saumon, turbot, colin ou même de morue). Ajouter à ce mélange un peu d'oignon haché cuit au beurre, un œuf ou deux suivant la quantité et un peu de poivre (pas de sel s'il s'agit de morue). Lorsque le mélange est bien trituré on en fait des boulettes aplaties, roulées dans la farine et frites au dernier moment. Dresser sur serviette et accompagner de beurre fondu ou de sauce crème.

FONDANTS DE POISSON

Bien écraser un reste de poisson tendre, y mêler une cuillerée ou deux de béchamel épaisse, et un jaune d'œuf, bien assaisonner et

cuire cette purée un bouillon seulement ; laisser refroidir, puis façonner comme des croquettes, mais en forme de poires ; les paner et frire. Servir avec sauce à poisson ou beurre fondu, et piquer une tige de persil pour imiter la queue de la poire. Dresser debout sur serviette.

FRITOTS

Se font surtout avec du poisson un peu ferme comme la lotte, le congre, le brochet. On divise les restes en morceaux de la grosseur du pouce ; on les fait macérer une heure avec sel, poivre, persil haché et jus de citron, puis on les trempe et enrobe bien de pâte à frire et on les jette à friture brûlante. Servir aussi avec sauce tomate ou crevettes.

GRATIN A LA MÉNAGÈRE

Mêler dans un plat à gratin une grande quantité à peu près égale de poisson épluché et restant en morceaux, et de pommes de terre cuites à l'eau et coupées en rouelles, recouvrir le tout copieusement de sauce béchamel avec ou sans gruyère et bien relevée, semer de la mie de pain et faire gratiner.

GRATIN DE POISSON PARMENTIER

Mêler à une purée de poisson cuit, un tiers de son volume de purée de pommes de terre, le tout tenu moelleux avec un peu de béchamel si c'est nécessaire.

Assaisonner, additionner de gruyère râpé. Verser en plat à gratin, poudrer de fromage et chapelure, arroser de beurre et faire gratiner.

MAYONNAISE DE POISSON OU LANGOUSTE

Ceci est du même genre pour employer un reste que l'on épluche et dispose dans un saladier ou un plat, par-dessus un dôme de laitue émincée. Napper de mayonnaise et décorer le dessus avec : œufs durs, câpres, cornichons, olives, etc., suivant son goût.

MOUSSE DE POISSON

Réduire en purée un reste de poisson en y mêlant quelques cuillerées de béchamel assez épaisse. Relever l'assaisonnement, puis lier avec un œuf ou 2 jaunes par demi-livre de purée, le tout devant former une purée crémeuse ; beurrer un moule soit à timbale, soit à moka, le poudrer légèrement de chapelure blanche, le garnir et cuire au bain-marie bouillant dans le four.

On reconnaît que la cuisson est à point en piquant au centre avec un couteau dont la lame doit ressortir sèche.

Laisser reposer un quart d'heure pour le tassement, et démouler. Servir autour une sauce à poisson ou une hollandaise. On peut décorer le moule avec truffes ou blanc d'œuf dur mais alors ne pas le chapelurer.

ONDINES AUX CREVETTES

Ceci pour utiliser un très petit reste de saumon. Faire une mousse de saumon en pilant 250 gr. de saumon cuit avec 40 gr. de beurre et 50 gr. de crème double ; assaisonner et ajouter 50 gr. de crème légèrement fouettée. Tapisser avec cette mousse des petits moules un peu creux ; mettre au milieu un salpicon de queues de crevettes liées à la mayonnaise. Recouvrir de mousse de saumon et enterrer dans la glace pendant 20 minutes. Démouler dans un récipient creux, timbale d'argent ou coupe en cristal, et recouvrir le tout d'excellente gelée au vin blanc très limpide et peu solide. Décorer chaque ondine avec une feuille de cerfeuil et piquer dessus une crevette rose.

POISSON EN BORDURE A LA CRÉOLE

Préparer un riz créole et une sauce indienne (voir sauces). Dresser le riz en une belle bordure, et mettre au centre le poisson qui aura été épluché et mijoté dans la sauce au currie.

SALADE PARISIENNE

Qui se prépare en ravier ou jatte avec de la laitue émincée au fond, poisson effeuillé dessus, nappé de mayonnaise épaisse et décorée d'œufs durs, de filets d'anchois, de câpres, d'olives, etc...

Tous les restes de poissons peuvent se servir ainsi, aussi bien homard, langouste, saumon ou autre poisson.

SOUFFLÉ DE POISSON

Éplucher le poisson cuit dont on dispose, l'écraser en fine purée, soit avec la fourchette, si c'est un poisson tendre, soit avec le hachoir pour les autres ; délayer la purée avec un volume presque égal de béchamel très épaisse ; bien assaisonner, chauffer et lorsque c'est bouillant, retirer du feu, mélanger trois jaunes d'œufs pour 250 gr. de poisson net, et deux blancs en neige. Verser dans un plat à soufflé beurré et cuire à four très doux vingt minutes environ. Servir de suite comme tout soufflé.

TOMATES CHANOINESSE

Faire une purée d'un reste de poisson quelconque, la lier d'un peu de béchamel bien relevée, y ajouter deux jaunes d'œufs hors du feu et remplir de cette crème des demi-tomates vidées et assaisonnées. Arroser de beurre fondu et mettre à four chaud dix ou douze minutes. On peut remplacer les tomates par des croustades ou tartelettes.

TURBAN CRÈME GRATIN

Ceci constitue un beau plat, mais il faut avoir un reste assez copieux de poisson. Préparer d'abord une pomme de terre duchesse (voir p. 209) et au moyen d'une poche et d'une grosse douille cannelée faire un turban autour d'un plat rond à feu ; passer à four bien chaud pour dorer la pomme de terre, garnir le centre avec le reste de poisson bien épluché et fragmenté, mêlé de quelques champignons cuits en lames, recouvrir de sauce béchamel, légère et fromagée. Semer dessus de la chapelure et passer quelques minutes à four très chaud. Le tout doit être bien doré et l'on obtient un plat qui ne laisse pas soupçonner que ce sont des restes.

PLATS DE POISSONS RÉGIONAUX

J'avais eu tout d'abord l'intention de réunir dans un même chapitre tout le folklore ichtyologique de nos provinces, mais à la réflexion j'ai jugé que nos lectrices et lecteurs chercheraient les mets les plus connus parmi les poissons ou les soupes qui en découlent.

Je ne mentionnerai donc dans ce chapitre que quelques spécialités de terroir, peu connues ; ainsi la bouillabaisse est aussi recherchée des amateurs de Paris ou du Havre que des Marseillais, on la trouvera au chapitre des soupes de poisson, de même que la chauldrée et la cotriade.

On trouvera seulement ici des mets qui ne franchissent guère les limites de leur province d'origine. Par exemple :

ALOSE FARCIE A L'ANGEVINE

En dehors de la saison de l'alose, qui est assez brève, on peut faire de même le brochet, la carpe, le bar ou le mulet. Il faut un poisson de 1.500 gr. environ, œuvé de préférence, mais, à défaut, les laités peuvent aussi se faire de même.

Faire une farce en écrasant les œufs avec un morceau de beurre, une grosse poignée d'oseille émincée et cuite au beurre, un petit morceau de mie de pain trempée au bouillon ou au lait et bien pressée, ensuite 2 œufs entiers et un assaisonnement... à la hussarde !

Écailler et vider le poisson par les ouïes sans ouvrir le ventre et le laver et éponger ; introduire la farce dedans sans trop la bourrer, puis coucher l'alose dans un plat creux à four, au fond duquel on aura répandu une cuillerée d'échalotes hachées, du persil et du beurre ; mouiller ensuite avec une bouteille de vin d'Anjou (blanc) et cuire au four trois quarts d'heure, couvrir et arroser très souvent. Servir tel quel, autant que possible dans le plat de cuisson.

ANCHOÏADE

Ceci est aussi spécifiquement provençal ; il s'agit d'un hors-d'œuvre bien propre à ouvrir l'appétit et... la soif.

Couper des lames de pain comme des canapés, les arroser d'huile et faire griller, mais très légèrement, puis écraser six ou huit anchois, bien dessalés et désossés, avec une gousse d'ail broyée, quatre cuillerées d'huile d'olive, un léger filet de vinaigre et du poivre moulu, le tout constituant une petite purée légère avec laquelle on tartine les canapés. Les passer quelques instants à four bien chaud et servir.

BARBEAU DE TOURAINE

Écailler et vider un gros barbeau, le laver et le faire macérer deux ou trois heures avec cognac et huile. Faire un court-bouillon avec une bouteille de vin rouge de Touraine, oignons, ail, échalotes, bouquet garni, sel et poivre. Mettre le poisson à cuire dedans jusqu'à ce que le vin soit bien réduit ; l'égoutter et le lier de beurre manié. Dans une autre casserole, faire fondre du beurre et y faire cuire 125 gr. de champignons en lames ; ajouter alors une demi-tasse de crème et passer dedans la sauce vin rouge du poisson. Cuire encore le tout vingt minutes et arroser le poisson avec. Mettre autour des croûtons grillés.

LA BRANDADE NIMOISE

Voilà, avec le cassoulet, les deux stars de la cuisine languedocienne. La brandade peut figurer sur les armes de Nîmes, comme le cassoulet sur celles de Toulouse. C'est une purée, on pourrait dire : une crème de morue ; mais il faut, pour l'obtenir, non pas la morue en filets vendue en boîtes, mais de la morue au sel que l'on dessale 24 heures.

Il s'agit de cuire la morue sans qu'elle bouille, puis l'éplucher, mais laisser la peau blanche seulement ; l'effeuiller dans une casserole et la triturer à la spatule très vigoureusement, tout en lui incorporant peu à peu, par deux cuillerées à la fois, du lait bouillant et de l'huile d'olive brûlante, parfumée d'un peu d'ail ; mettre alternativement les deux éléments, fort dissemblables, à la vérité, et ce travail d'écrasement et d'intégration à la fois est certes assez pénible. Il faut obtenir une purée blanche, crémeuse comme une purée de pommes de terre. La servir en timbale ou légumier ou plat creux, avec des petits croûtons de pain frits à l'huile piqués dessus.

BROCHET FARCI A LA TOURANGELLE

Il faut un brochet laité; écraser la laitance avec de la mie de pain trempée au lait, fines herbes très variées, sarriette et basilic, bien hachés, et farcir le brochet bien nettoyé en introduisant la farce par les ouïes.

Couper en très petits filets une grosse poignée de feuilles de chou vert bien tendres, le blanc de deux beaux poireaux, un oignon et une poignée d'oseille. Mettre du beurre au fond d'un plat creux à four dans lequel le brochet puisse tenir, au besoin, en coupant la tête que l'on cuira à part pour le dressage, faire fondre dans ce beurre la verdure émincée, coucher le poisson au milieu, assaisonner, arroser copieusement de crème qu'il faut faire bouillir d'avance à cause de l'oseille et cuire au four trois quarts d'heure en arrosant beaucoup. Servir dans le plat de cuisson.

A défaut de crème mettre moitié vin blanc, moitié bouillon.

L'alose se traite de même façon.

CALMARS A LA BASQUAISE

Il s'agit là d'encornets et de seiches, ou sortes de pieuvres appelées aussi en Basque : des *chipirones*. Ce sont des mollusques céphalopodes, dont l'aspect n'est pas engageant et qui cependant donnent un mets exquis. Voici donc comme il se prépare au pays des pelotaris :

Pour six personnes, il faut un kilo de chipirones, et comme ce sont des petites pieuvres, il peut s'en trouver 3 seulement ou 5, ou 6, cela dépend de leur taille ; il faut couper la tête, mais ne pas la jeter ; supprimer seulement la partie dure qu'elle contient, couper et réserver les antennes ou tentacules ; ouvrir le corps et retirer les entrailles qui se jettent, mais réserver dans un bol la sépia qui est contenue dans une poche abdominale. Ensuite, couper en morceaux têtes, corps et tentacules, et laver le poisson que l'on égoutte.

Prendre une casserole assez large, y mettre un décilitre d'huile d'olive, deux oignons moyens hachés et les faire blondir ; jeter dedans deux gousses d'ail écrasées et, une minute après, y mettre le poisson ; faire revenir le tout en le remuant une dizaine de minutes, puis mélanger à la sépia réservée deux fois son volume d'eau et verser cela dans la casserole; saler, poivrer avec du cayenne, pas à l'excès cependant, ajouter encore deux verres à liqueur de vieille eau-de-vie d'Armagnac et laisser cuire ce ragoût doucement et bien couvert, pendant deux heures à deux heures et demie.

Pendant ce temps, préparer des croûtons de pain de la largeur de deux doigts, arrosés d'huile, et les griller à four vif, ou les frire doucement à l'huile pour qu'ils ne soient pas trop desséchés.

Goûter la sauce et, cinq minutes avant de servir, mettre les croûtons sur une assiette et les arroser de quelques cuillerées de sauce, simplement pour les humecter un peu, mais sans qu'ils soient détrempés comme du pain de soupe.

Servir ce poisson tel quel, sans passer la sauce, et disposer les croûtons dessus.

CLOVISSES A LA PROVENÇALE

Choisir de grosses clovisses et les nettoyer ; les cuire à grand feu avec un peu de vin blanc, un brin de fenouil, bouquet, ail, oignons, sel et poivre en grains. Les clovisses sont ouvertes ; supprimer une coquille et les ranger dans un plat à gratin, puis faire blondir à l'huile un bel oignon haché, y ajouter 125 gr. de champignons crus, grossièrement hachés, cuire encore 3 minutes, puis ajouter deux ou trois tomates pelées et hachées ; mouiller cela avec un peu de la cuisson des clovisses passée au linge, et mettre en plein feu pour la réduire à la valeur d'une demi-tasse ; lier alors avec une poignée de mie de pain rassis, bien pulvérisée, et cuire un instant encore pour faire une sorte de farce que l'on assaisonne s'il le faut et à laquelle on mêle un peu de persil haché.

Par-dessus chaque coquille contenant la chair, mettre un petit tas de cette farce, semer dessus de la chapelure, arroser d'huile fine et faire gratiner à four vif.

Les grosses moules de Marseille peuvent se traiter ainsi. C'est un plat tout à fait local.

LAMPROIE AUX POIREAUX

Ébouillanter la lamproie pour en enlever la peau, la laver, la nettoyer et la couper en 6 ou 8 morceaux. Prendre autant de blancs de beaux poireaux que de morceaux de poisson et faire revenir l'un et l'autre au beurre. Mouiller avec une demi-bouteille de bordeaux rouge et un peu de fine armagnac que l'on flambe. Ajouter encore un verre d'eau, car rien que du vin fait la sauce âcre, saler, poivrer, mettre un bouquet et laisser mijoter à faible ébullition pendant quatre heures au moins à couvert. La sauce peut être liée avec un peu de beurre manié ou un peu de sang de lamproie qui n'est pas un poison comme le propage une vieille croyance; mais cette sauce ne doit pas être épaisse. Servir avec des croûtons frits. Délicieux.

Ce plat se fait beaucoup en Aquitaine, la Garonne recélant assez de lamproies, qui appartient au genre *Petronizondés*.

LAMPROIE AU SAUTERNES

Ébouillanter une lamproie, sorte d'anguille à ventouses, afin d'enlever la peau. La vider et couper en tronçons que l'on fait macérer une bonne demi-heure dans du vinaigre salé, puis rincer le poisson et l'essuyer. Mettre une couche d'oignons émincés dans une casserole, les morceaux de lamproie dessus ; arroser d'huile fine, saler, poivrer, et mettre par-ci par-là de belles têtes de champignons. Tenir sur feu

doux pour colorer l'oignon légèrement en dessous ; mouiller avec du Sauternes et un petit verre de cognac. Couvrir hermétiquement et cuire à feu excessivement doux pendant une grande heure. Lier alors la cuisson avec un beurre manié de farine, ajouter persil et piment haché.

MIGOURÉE

Ceci est encore dans la note de la chauldrée, sauf que les poissons, aussi variés que possible, se font rissoler au beurre, étant coupés en morceaux, et se cuisent ensuite avec un court-bouillon très fortement aromatisé et cuit une heure d'avance; quand c'est bien cuit, lier la sauce avec un petit roux blond, bien beurrer et servir.

Aux poissons ordinaires s'ajoute la petite seiche, qui est beaucoup employée et que l'on appelle là-bas : *casserons*, comme dans le Béarnais on les appelle des chipirones, des calmars ; vous pouvez en mettre dans tous les plats de poissons variés.

MOUCLADE

Ce sont tout simplement des moules au vin blanc et à la crème. Faire cuire, comme de coutume, des moules en casserole avec un peu de vin blanc, échalote et fines herbes hachées, du poivre et un brin de thym. Quand elles sont cuites, c'est-à-dire après trois ou quatre minutes de grande ébullition, égouttez le vin et faites-le réduire grandement. Sortez les moules de leurs coquilles, mettez-les dans un plat à four.

Ajoutez une tasse de crème au vin réduit, un peu de beurre, et cuisez encore le tout un moment. Versez sur les moules que vous passez à four brûlant, car il ne faut pas qu'elles mijotent, mais qu'elles soient un peu gratinées et servies de suite.

MOULES CHARENTAISES

Il faut de très grosses moules que l'on cuit avec le vin du pays (du Pierot), du poivre moulu et du persil. Quand elles sont cuites et bien ouvertes, les égoutter et réduire la cuisson avec du beurre ; supprimez de vos moules la coquille inutile, puis préparez un beurre comme pour les escargots, beurre, poivre (pas de sel), fines herbes, échalote hachées, mais pas d'ail, et un peu de mie de pain pulvérisée ; farcir chaque moule comme on fait pour les escargots, les ranger dans un plat bien d'aplomb et les passer au four bien brûlant. Faire réduire fortement la cuisson et la passer en même temps, mais à part.

NONNATS ET POUTINA

Ce sont des alevins de poissons migrateurs que l'on ne pêche en général que sur le littoral méditerranéen ; ils se traitent le plus souvent par la friture, on les passe au lait et à la farine et les plonge peu à la fois pour bien les saisir dans l'huile brûlante; ils sont cuits en deux minutes et doivent être très croquants.

En Angleterre il y a un poisson du même genre que l'on appelle : blanchaille.

Ces poissons se traitent parfois, mais rarement, en omelette, ou en potage.

Dans la région saintongeoise, on a la piballe qui est le frai de l'anguille que l'on fait frire ou traite en matelote.

OMELETTE TOULONNAISE

Cuire un litre de moules au vin blanc, des grosses de préférence, avec oignon et persil, gousse d'ail écrasée. Quand elles sont cuites, les sortir de leurs coquilles, les couper en trois ou quatre morceaux et les mélanger aux œufs pour faire l'omelette que l'on sert avec une fondue de tomates autour, ou simplement une sauce tomate légère.

LA PAUCHOUSE

Il s'agit là d'une spécialité régionale, que l'on déguste avec plaisir en Bourgogne, soit à Beaune, à Saulieu, ou à Dijon. C'est une sorte de matelote au vin blanc ; mais il faut autant que possible avoir le poisson tout frétillant et qu'il soit aussi varié que possible, tanches, carpes, brochetons, anguilles, perches, barbeau, truites, etc.

Les nettoyer, écailler, laver vivement sans les laisser séjourner dans l'eau, les couper en morceaux et les mettre en chaudron avec l'assaisonnement, des lardons et des petits oignons ciselés, 5 ou 6 gousses d'ail entières et un petit bouquet garni. Mouiller bien à couvert avec du vin blanc assez alcoolisé et placer le récipient sur un feu de bois ardent pour que les flammes dépassent les bords de sorte qu'à l'ébullition le vin doit flamber. Laisser cuire à bon feu 25 à 30 minutes puis faire un roux blond mouillé avec la cuisson des poissons. Laisser alors mijoter le poisson dans sa sauce, puis le servir avec des croûtons de pain frits au *beurre* et frottés d'ail.

Sur les côtes de l'Atlantique, à l'opposé de la Bourgogne nous retrouvons un apprêt analogue pour le poisson, qui s'appelle la chauldrée, seulement ce n'est pas strictement avec du poisson de rivière. (Voir chauldrée aux soupes de poisson.)

LA PISSALADIÈRE

Faire comme une tarte avec une pâte brisée ou feuilletée ou à la levure, en piquer le fond au couteau une quinzaine de fois, pour empêcher les boursouflures à la cuisson, garnir le fond d'une couche d'oignons doux émincés, jaunis à l'huile, avec sel, poivre et deux gousses d'ail écrasées, recouvrir de filets d'anchois à l'huile. Semer dessus des olives noires, arroser copieusement d'huile et cuire à bon four moyen 35 à 40 minutes pour 6 à 8 personnes.

Ce mets, de même que l'anchoïade, sont particuliers à la cuisine provençale et ne se mange que là.

QUICHE DE SAUMON

Se fait avec du saumon fumé, mais peut aussi se faire au saumon frais. Il faut préparer comme une tarte en pâte brisée sans sucre ; la mettre sur tôle, piquer le fond avec le couteau et ranger dedans soit de minces lamelles de saumon fumé, soit des petites tranches de saumon grillées et froides. Verser par-dessus 2 œufs battus avec 4 décilitres de lait froid, sel et poivre et cuire à four bien chaud, surtout dessous.

Cette proportion donne une quiche pour 4 personnes.

LA SOLE (OU AUTRE POISSON) A LA BASQUAISE

Beurrer un plat à four en terre ; étendre au fond une cuillerée d'échalote hachée et poser dessus le poisson bien nettoyé, soit deux ou trois soles ou une barbue ; saler, poivrer, et mettre autour un demi-verre de vin de Jurançon ; mettre ce poisson au four et l'arroser souvent avec le vin et le beurre qu'il y a autour. Il faut un bon quart d'heure pour cuire des soles, et un temps proportionné à la taille du poisson si c'est un gros. Préparer pendant ce temps, une sauce béarnaise dont vous avez la recette page 44 ; ajouter la cuisson réduite du poisson, et verser sur celui-ci pour l'en recouvrir, puis, par-dessus la sauce, répandre encore 4 ou 5 cuillerées de mie de pain grillée dans du beurre, et servir.

STOCKFISH CÔTE-D'AZUR

Poisson séché et salé, qu'il faut mettre à tremper 48 heures à l'eau courante ; puis enlever la peau et arêtes et la couper en morceaux pas trop gros. Faire blondir à l'huile 3 oignons hachés, 4 poireaux émincés, ajouter deux gousses d'ail écrasées, puis une livre et demie de tomates pour un kilo de poisson ; ces tomates coupées en morceaux, les laisser fondre un peu, puis ajouter le stockfish et de l'eau bouillante

pour que le poisson soit largement couvert. Cuire une heure et demie et ajouter quelques pommes de terre pelées, coupées en rondelles et quelques douzaines d'olives noires. Laisser encore cuire une demi-heure et finir la sauce avec la purée et 4 ou 5 anchois écrasés, et un filet de fine champagne. Servir avec persil haché dessus.

LES SUPIONS FRITS

Ce sont des petites seiches qu'il faut avoir l'habitude de préparer; on les fend pour retirer l'os plat qu'elles contiennent et la poche contenant un liquide noir qui est la sépia et qu'elles lâchent quand elles sont poursuivies par un ennemi, afin de troubler l'eau et ainsi faire perdre leur trace. Laver et éponger les chairs, et les rouler dans la farine pour les jeter dans une friture d'huile brûlante.

Il faut tenir la poêle à moitié couverte pour éviter les éclaboussures de friture, car elles rejettent de l'eau et font pétiller violemment la friture. Les servir bien croquantes, c'est vraiment l'équivalent de la friture de Seine. Certains restaurants n'emploient ainsi que les tentacules des seiches et encornets.

LES TRUITES DE CASTRES

On cuit d'abord les truites, venant d'être pêchées, comme pour les faire au bleu; puis on fait une petite quantité de sauce blanche en employant du court-bouillon des poissons. On lie cette sauce avec pas mal de jaunes d'œufs et du jus de citron. Beurrer hors du feu et napper les truites avec cette sauce tenue relevée.

WATERZOÏ DE POISSON A LA FLAMANDE

Ce plat, d'origine flamande, est absolument le pendant de notre classique matelote. Il faut pour le faire 2 kilos de poissons de rivière variés tels que : brochet, carpe, tanche, anguille, etc.; couper le poisson en tronçons et le mettre à cuire avec de l'eau qui doit le recouvrir; ajouter sel, poivre, bouquet garni, céleri émincé finement, et un fort morceau de beurre. Cuire à feu assez vif pour que la cuisson réduise et qu'il n'en reste que juste le nécessaire pour servir. Puis lier cette cuisson qui est très claire avec une ou deux biscottes écrasées. En aucun cas la sauce ne doit être épaisse, car on sert en même temps des tartines de pain beurrées, et de préférence du pain noir. Pour servir, on verse le tout dans un plat rond bien chaud et on ne retire que le bouquet.

PLATS DE POISSONS ÉCONOMIQUES

Ce sont des plats obtenus avec des poissons très ordinaires, mais qui, étant apprêtés à l'instar de la viande, procurent à la ménagère obligée de compter avec ses ressources, et c'est à peu près le sort de toutes nos compagnes, des plats fort substantiels pour des tablées bien garnies. En voici quelques exemples.

CASSOULET DE POISSON

Cette présentation assez originale du poisson apportera une variante dans l'ordonnancement des menus.

Il peut être fait avec dorade, lotte, anguille de mer, morue, merlu, et, de préférence, avec des poissons à chair ferme ne s'écrasant pas trop.

Couper ces poissons en tronçons pas trop minces pour ne pas les écraser une fois cuits; les assaisonner et les mouiller d'un peu de lait, puis les fariner et les faire revenir ou même frire vivement. Les mettre ensuite dans un grand plat à four à bords peu élevés ; mouiller d'un peu de vin blanc, de la purée de tomates et un verre d'eau, assaisonner et ajouter un oignon et une échalote hachés un peu jaunis au beurre, un petit bouquet garni et faire cuire un quart d'heure, puis recouvrir avec des haricots blancs cuits d'avance et un peu de leur cuisson, car ce ne doit pas être sec. Semer de la mie de pain dessus et faire mijoter et gratiner à four moyen pendant trois quarts d'heure au plus.

CHIEN DE MER EN FRITOT

Ébouillanter un morceau de chien de mer pour ôter la peau, puis couper en tranches assez minces, les saler, poivrer, fariner et les tremper dans l'œuf battu, les rouler dans la mie de pain et les faire frire à friture brûlante. Servir avec une sauce tomate.

LE CHIEN DE MER AU GRATIN

Cuire un morceau de chien de mer la veille au court-bouillon bien assaisonné; le retirer, le dépouiller et ôter l'arête ; puis le laisser refroidir, il devient alors très ferme ; le couper en tranches que l'on range dans un plat à four avec champignons hachés, échalotes et fines herbes hachées. Arroser de vin blanc, semer de la chapelure, beurrer et faire gratiner à four vif.

CHIEN DE MER AU RIZOT

Ébouillanter et dépouiller un morceau de chien, le couper en escalopes pas trop grosses et assez minces, sans arêtes, les assaisonner et fariner, puis les cuire au beurre; auparavant faire un rizotto. Dresser le riz en couronne, les escalopes de poisson au milieu et servir à part un léger coulis tomaté, ou simplement arroser le poisson avec du beurre noisette.

CONGRE BRAISÉ EN COCOTTE AUX LENTILLES

Piquer de lardons un morceau de congre d'un kilo, le faire revenir au beurre en cocotte avec oignons et carottes, bouquet garni. Quand les légumes sont roussis, mouiller avec un peu de vin, rouge ou blanc, suivant ses préférences. Assaisonner, couvrir et laisser braiser une grande heure tout doucement. Préparer à part des lentilles, qui peuvent tout aussi bien être remplacées par des haricots, égoutter la cuisson du congre, ôter le bouquet, et ajouter les carottes et oignons aux lentilles assaisonnées, lier le jus d'un peu de beurre manié de farine pour former une sauce légère et servir le poisson découpé entouré des légumes ; le jus à part.

CONGRE A LA MARAICHÈRE

Faire une jardinière de légumes avec carottes, navets, oignons, haricots verts et un cœur de chou.

Tous ces légumes coupés en morceaux seront rissolés à la margarine ou à l'huile, puis poudrés légèrement de farine, mouillés d'eau, assaisonnés et cuits aux trois quarts, ensuite on y ajoute quelques tranches de congre, farinées et rissolées un peu à la poêle. Laisser finir la cuisson de l'ensemble à petit feu, et servir. On peut ajouter de la tomate en quartiers ou en purée et aussi d'autres légumes, soit pois, fonds d'artichauts, haricots flageolets, etc...

CONGRE A LA MÉNAGÈRE

Il serait préférable de piquer le congre avec des petits lardons, comme on pique un filet de bœuf; il faudrait pour cela ôter la peau du poisson avant le piquage, comme il est nécessaire, d'ailleurs, de l'ôter pour le cuire ainsi même sans piquage.

Prendre un kilo de congre ou d'anguille de mer, le dépouiller, faire bien rissoler au beurre et mettre au four chaud avec des petits oignons autour, un bouquet garni et un bon assaisonnement ; quand l'extérieur est bien roussi, mouiller d'un verre de vin blanc et continuer la cuisson toujours à découvert, en arrosant la pièce fréquemment. La cuisson demande quarante-cinq à cinquante minutes, puis on peut lier le jus avec une cuillerée de tomate concentrée, ou avec un beurre manié de farine et un jus de citron.

Le congre rôti ainsi est excellent, malgré ses arêtes un peu nombreuses.

LOTTE A LA CAROLINE

Faire blondir un gros oignon haché au beurre, puis y jeter 150 gr. de riz et faire encore revenir le tout ensemble trois minutes. Mouiller le riz avec un demi-litre d'eau, saler, poivrer, ajouter deux cuillerées de purée de tomates et un bouquet garni. Cuire dix-huit à vingt minutes. Pendant ce temps, couper en escalopes 500 gr. de lotte de mer, l'assaisonner, la fariner et faire revenir vivement à la poêle dans un peu de beurre et d'huile brûlante. Puis, quand le riz aura cuit dix minutes, ajouter le poisson et terminer la cuisson, le tout ensemble, encore huit minutes. Si toutefois le riz paraissait trop à sec, remettre un peu d'eau au bout d'un quart d'heure ; il doit être à sec, mais rester quand même moelleux.

RAGOUT DE POISSON

Voyons d'abord le ragoût de poisson, que l'on peut faire aussi bien qu'un ragoût de viande, soit avec des pommes de terre, soit avec du riz.

Faire bien rissoler à l'huile, beurre ou graisse, selon les possibilités, deux ou trois oignons en quartiers ou entiers s'ils sont petits, quelques carottes également, puis, quand ces légumes sont bien dorés, les poudrer d'une bonne cuillerée de farine et laisser encore roussir le tout, puis mouiller avec de l'eau, ajouter un peu de purée de tomate, colorer au caramel, assaisonner et cuire trois quarts d'heure; ajouter alors des pommes de terre ne s'écrasant pas à la cuisson et cuire encore vingt minutes ; pendant ce temps faire rissoler ou même frire des tranches de gros poisson à chair ferme ; ce poisson étant cuit,

l'égoutter et dresser dans le plat, verser le ragoût de légumes autour et semer du persil dessus, puis laisser mijoter au four quelques minutes pour que l'ensemble prenne bien le goût du poisson.

RAGOUT AU RIZ A LA CRÉOLE

Préparer ainsi 200 gr. de riz : faire blondir au beurre 60 gr. d'oignons hachés, puis y mettre le riz et le faire un peu revenir ; mouiller avec de l'eau, environ trois quarts de litre, assaisonner de sel et d'une forte pincée de currie; cuire dix-sept à dix-huit minutes, et, pendant ce temps, faire cuire le poisson au beurre, de préférence, par tranches farinées et salées. Le riz étant cuit ne doit pas être tout à fait sec, mais rester moelleux. Mettre les tranches de poisson sur le riz et laisser mijoter cinq minutes avant de servir.

ROUSSETTE OU CHIEN DE MER AUX HARICOTS

Les haricots, soit blancs, soit flageolets, seront cuits d'avance à l'eau, comme de coutume. La roussette s'écorche (elle se vend généralement écorchée) et, pour faire ce travail aisément, s'il doit être fait, il suffit de tremper le poisson dans l'eau bouillante et le frotter avec un torchon rugueux ou un gros sac. Bien le laver et couper en morceaux, puis le faire revenir en cocotte avec deux oignons hachés, de tous côtés, le poudrer de farine et laisser un peu colorer, ajouter encore, si l'on veut, une gousse d'ail hachée, mouiller d'un peu de vin blanc et d'eau, tomater si possible, assaisonner en tenant bien relevé et laisser cuire dix minutes ; ajouter alors les haricots égouttés et donner encore dix minutes de légers bouillons ; servir avec persil haché dessus.

ROUSSETTES OU CHIENS DE MER A LA PROVENÇALE

Les tremper dans l'eau bouillante, puis les frotter avec torchon grossier pour les dépouiller, les couper en tronçons, les laver et égoutter.

Faire une sauce avec une bonne quantité d'oignons et échalotes hachés, roussis, puis poudrés de farine ; ajouter ensuite deux gousses d'ail hachées, mouiller avec du vin blanc, tomate en purée et eau, de façon à avoir une sauce un peu clairette, faire revenir à la poêle une demi-livre de champignons coupés très minces avec un peu d'huile, les incorporer à la sauce avec sel, poivre, persil haché et cuire dix minutes.

Ensuite ranger le poisson dans un plat à gratin, verser la sauce bien relevée par-dessus, semer de la mie de pain, cuire et faire gratiner à four très chaud.

LÉGUMES

D'ACCOMPAGNEMENT DU POISSON

Il est certain que tous les légumes ne sauraient être associés aux poissons, mais il en est cependant quelques-uns qui font avec lui un très bon ménage. En premier lieu nous citerons la pomme de terre qui est l'accompagnement par excellence de tous les poissons ; puis le riz : riz pilaff ou riz créole ; les pâtes alimentaires : nouilles, macaronis, coquillettes, papillons, etc. ; les légumes secs : haricots ou lentilles surtout sont parfois employés avec succès ; les épinards, l'oseille, les poireaux, les champignons qui, de même que les pommes de terre se marient avec tous les aliments ou presque, la tomate ; l'aubergine est aussi quelques rares fois employée et c'est très bon.

En bref beaucoup de légumes peuvent accompagner le poisson comme on pourra s'en rendre compte en compulsant cet ouvrage.

Voici pour l'édification de celles de mes lectrices qui seraient novices en cuisine, quelques recettes de ces légumes.

POMMES DUCHESSE EN BORDURE

500 grammes de pommes de terre en purée, liée avec deux œufs entiers et un peu de lait pour qu'elle soit assez malléable pour être dressée à la poche avec une grosse douille cannelée. On fait ainsi de jolies bordures sur plat à feu, on les passe à four très chaud pour colorer, et on garnit le centre avec un poisson en sauce (sans arêtes).

POMMES DE TERRE DUCHESSE

Faire une purée bien égouttée, bien sèche et passée au tamis.

Dessécher au feu en remuant pour évaporer le reste d'humidité et ajouter hors du feu, 4 jaunes d'œufs pour un kilo de purée, assaisonner et diviser cette pâte en morceaux de la grosseur d'un petit œuf, les rouler sur la planche farinée et leur donner la forme que l'on veut ; soit petites galettes, soit forme brioche ou poires ou billes, et les cuire soit au four, soit à la friture.

RIZ A LA CRÉOLE OU A L'INDIENNE

Jeter le riz dans une assez grande quantité d'eau bouillante salée (riz : 50 à 60 gr. par personne), le cuire à forte ébullition pendant 16 à 17 minutes; l'égoutter, bien rincer et l'étendre sur un grand plat, poudrer de sel, et parsemer dessus des noisettes de beurre, le sécher à l'étuve jusqu'à ce qu'il ne colle pas aux doigts et puisse s'égrainer facilement sans coller.

RIZ PILAFF

Faire blondir au beurre le riz dans un sautoir, puis le mouiller avec deux fois son propre volume de bouillon incolore (ou d'eau), assaisonner sel, poivre et bouquet garni ; couvrir et cuire 17 à 18 minutes. Y mêler à la fourchette une noix de beurre après cuisson.

LE POISSON ET LES VINS

Il m'a paru que ce livre ne serait pas complet si je ne renseignais mes lecteurs sur la question des vins que l'on doit servir avec les poissons et les crustacés.

D'une façon générale on prétend que l'on doit accompagner le poisson avec du vin blanc, mais il y a des cas d'espèce, oserai-je dire, et c'est cela que je vais établir ici pour bien documenter les gourmets.

Certains poissons dont le goût ou le fumet est très prononcé devront être accompagnés d'un vin, honnête certes, mais de moyenne importance. Ce sont par exemple : le maquereau, le hareng, la raie, la bonite, le thon.

Cette même règle s'appliquera aux poissons servis avec des sauces très relevées, comme rémoulade, ravigote, vinaigrette, etc., c'est-à-dire des apprêts que l'on recherche lorsqu'il fait chaud. Point n'est besoin alors de faire appel aux grands crus, dont la qualité et le fumet se trouveraient submergés par le montant de l'accommodement.

Lorsqu'un poisson comporte du vin pour sa cuisson ou sa sauce, il est de règle de servir le même cru avec ; de sorte qu'un poisson dont la sauce est à base de vin rouge comme la matelote, la meurette, la bourguignonne doit être accompagné du même vin rouge ou mieux d'une qualité supérieure, car très souvent, trop souvent même, on hésite à employer un très bon vin pour la cuisine, mais à la dégustation on s'en aperçoit bien. Avec ces poissons au vin rouge, servez : Saint-Émilion, Saint-Estèphe, Côtes rôties, Beaujolais, Tavel, ou petit Bourgogne.

Pour les poissons frits ou grillés, les gratins ou les poissons à la meunière, il y a toute une gamme de vins blancs avec lesquels le poisson peut jouer en parfait accord. Ce sont : Graves, Pouilly-Fuissé, Chablis Langoiran, Meursault, vins blancs d'Alsace, tels le Riesling ou le Riquewihr, le Champagne non champagnisé, le fameux Blanc de Blanc, le Muscadet, le Saumur et l'Anjou pour ne citer que les principaux.

Avec les grands poissons fins, saumons, truites, filets de soles et les crustacés, il faut des grands vins moelleux pas trop sucrés, qui s'associent excellemment avec les sauces à base de crème, comme avec les quenelles de brochets, les pains de poissons, les pâtés, chauds ou froids, les pilaff de crevettes ou d'écrevisses à l'indienne. L'on peut choisir suivant ses préférences dans les crus suivants : Sauternes, Haut-Barsac, Graves moelleux, Montrachet, Vouvray, Quart de Chaume, Cérons, Jurançon et autres grands noms de l'armorial vinicole.

Mais une remarque s'impose si l'on veut rester dans la véritable tradition gourmande de notre bonne table française ; c'est que si vous servez avec le poisson qui ouvre le repas, un vin blanc de grand cru, vous êtes obligés de continuer le service avec des vins rouges ayant au moins la même valeur gastronomique ; il serait désastreux pour la réputation d'un amphitryon qu'il présente après un Montrachet, un petit vin de Listrac ou autre de même gabarit. Il est un axiome formulé par Brillat-Savarin qui dit que la gamme des vins dans un repas doit aller du plus léger au plus capiteux, et ceci est très bien fondé si l'on y réfléchit un peu. En toute chose il y a une règle qui doit être harmonique, et en matière de gastronomie plus qu'ailleurs, puisque la table devient de plus en plus le refuge contre les soucis qui depuis quelques années accablent lourdement la pauvre humanité.

Rendre la table aussi attrayante et consolante que possible, tel est le souci qui a guidé l'auteur de cet ouvrage. Puisse-t-il y avoir réussi !

H. P.

TABLE DES MATIÈRES

TABLE DES MATIÈRES

	Pages.
Avant-propos	5
Quelques mots sur les poissons de mer et d'eau douce	7
Préparation du caviar	11
Étude des poissons de mer	12
Crustacés	13
Manipulations	27
Conseils d'ordre général	37
Divers modes de cuisson du poisson	39
Braisage des poissons	39
Court-bouillon	39
La friture	40
Grillade	41
A la meunière	41
Pochage	41
Poissons dits : au bleu	41
Nomenclature des termes techniques	42
Les sauces, les beurres composés et les farces de poisson	43
Sauces chaudes	43
Sauces froides	49
Les beurres composés	51
Farces de poisson	53

Pages.

Hors-d'œuvre de poissons 57

Hors-d'œuvre froids 57

Hors-d'œuvre chauds ou petites entrées.. 64

Soupes aux poissons.. 71

Poissons de mer. 77

Comment on lève les filets de soles. 119

Poissons d'eau douce. 141

Comment se tue et se dépouille l'anguille 141

Coquillages et crustacés 161

Nettoyage des moules. 169

Pâtés et timbales de poisson.. 175

Poissons et crustacés froids 181

Comment présenter des restes de poissons (chauds ou froids). 189

Plats de poissons régionaux.. 197

Plats de poissons économiques 205

Légumes d'accompagnement du poisson 209

Le poisson et les vins 211

Table de la présentation des principaux poissons .. 217

Table alphabétique des recettes 227

TABLE DE LA PRÉSENTATION DES PRINCIPAUX POISSONS

TABLE DE LA PRÉSENTATION DES PRINCIPAUX POISSONS

	Pages
Anguille d'eau douce	25
Bar	21
Barbue	20
Bouquets	26
Brochet	26
Cabillaud	24
Carpe	25
Colins	19
Colineaux	24
Congre	22
Coquilles Saint-Jacques	26
Crevettes grises	26
Dorade	23
Éperlans	24
Esturgeon	25
Étrilles	26
Grondin gris	23
Haddock	19
Harengs	21
Langoustines	26
Lieu jaune	19
Lieu noir	19

Pages.

Limandes 21
Lotte 23
Maquereaux 21
Merlans 19
Merlus. 19
Morue salée 19
Mulet.. 22
Perroquet ou vieille 25
Plies 21
Raies 22
Rascasse 24
Rascasse (fausse) 24
Rougets-Barbets 22
Rougets-Grondins 23
Roussette.. 23
Saint-Pierre 22
Sander. 23
Sardines 17
Saumon 25
Soles 20
Tourteau 26
Truites. 25
Turbot. 20
Vives 22

TABLE ALPHABÉTIQUE DES RECETTES

TABLE ALPHABÉTIQUE DES RECETTES

A

Pages.

Aïgo-Saou 71
Ailloli (L') 49
Allumettes aux anchois. 64
Allumettes aux sardines 65
Alose (L'). 77
Alose farcie à l'Angevine 197
Alose grillée maître-d'hôtel.. 77
Alose à l'oseille 78
Anchoïade 197
Anchois.. 57-78
Anchois en anneaux 57
Anchois côte d'azur 57
Anchois Nîmoise.. 58
Anchois de Norvège 58
Ange. 78
Anges à cheval 65
Anguille.. 79
Anguille à la Brabançonne (Pâté chaud d').. 177
Anguille grillée à la tartare.. 142
Anguille à la Martine (Pâté d') 177
Anguille en matelote au vin rouge .. 142
Anguille en meurette 142
Anguille à la martine (Pâté d').. .. 177
Anguille Pompadour 142
Anguille au soleil.. 143
Anguille au vert (Terrines d') 185

B

Bar.. 79
Bar farci à la Régence.. 79
Bar grillé sauce Béarnaise.. 80
Bar à la Joinville.. 80
Bar sauce Vénitienne.. 80
Barbeau (Le). 143
Barbeau de Touraine 198
Barbillon (Le). 143
Barbue 80
Barbue à l'amiral. 81
Barbue à la chancelière. 81
Barbue à la Dugléré (Tronçons de) .. 84
Barbue farcie à la Minerve 82
Barbue à la française 82
Barbue pochée sauce mousseline. .. 82
Barbue soufflée 83
Barbue à la Théodora.. 83
Barbue à la Tosca.. 83
Barbue à la Victoria 84
Barquettes Joinville 65
Barquettes de laitance à la diplomate. 65
Barquettes de poisson à la semoule .. 189
Barquettes de thon 58
Baudroie 85
Beignets.. 189
Beignets de poisson 65
Beurre d'anchois.. 51
Beurre Colbert 51
Beurre de crevettes 51
Beurre d'écrevisses 52
Beurre pour les escargots 52
Beurre d'estragon.. 52
Beurre de homard. 52
Beurre maître-d'hôtel.. 52
Beurre manié. 52
Beurre de Montpellier.. 52
Beurre de moutarde 53
Bigorneaux (Les).. 58
Bisque d'écrevisses. 71
Bisque de langoustines. 72
Bonite 85
Bouchées aux crevettes ou Joinville.. 65
Bouchées feuilletées (Les) 66
Bouchées aux huîtres 66
Bouchées à la Nantuatienne. 66
Bouchées Quatre-Temps 66
Bouillabaisse 72
Bouillabaisse de morue. 106
Bouillinade du Roussillon 72
Bouillon de poisson 73

	Pages.
Bourride	73
Brandade de morue	106
Brandade Nîmoise.	198
Brême (La)	143
Brochet (Le).	143
Brochet en blanquette	144
Brochet Brymont.	144
Brochet (Les côtelettes de).	145
Brochet à la Dieppoise (Le pain de). .	146
Brochet farci à la Tourangelle	198
Brochet à la gelée.	182
Brochet à la Lorraine.	144
Brochet Lyonnaise (quenelles de) . .	147
Brochet à la Nantaise au beurre blanc.	145
Brochet à la Nemours (Le pain de) . .	146
Brochet à la Palestine.	190
Brochet princesse (Les côtelettes de).	146
Brochet sauce câpres.	145
Brochet à la Strogoff.	182

C

Cabillaud.	85
Cabillaud bouilli nature.	86
Cabillaud frit.	86
Cabillaud Marina.	182
Cabillaud à la Mistral.	86
Cabillaud à la portugaise.	86
Cabillaud sauce persil.	86
Cabillaud (sauté) à la Bombay. . . .	86
Cadgery de poisson	190
Calmars à la basquaise.	199
Canapé (s) aux anchois.	58
Canapé (s) de caviar à la russe . . .	58
Canapé (s) Joinville	59
Canapé (s) à l'Ostendaise	59
Canapé (s) de sardines.	59
Capilotade de poisson à la provençale	190
Carpe (La)	147
Carpe au bleu.	147
Carpe à la Chambord	148
Carpe farcie.	149
Carpe à la juive à l'orientale. . . .	149
Carpe à la juive aux raisins.	182
Carpe à la marinière	150
Carpe à la polonaise	150
Carrelet.	87
Carrelets au gratin	87
Carrelets sur le plat à la minute. . .	87
Cassolettes à la diplomate.	150
Cassoulet de poisson	205
Chaluet (Le).	88
Chauldrée (La)	73
Chien de mer (Le).	88
Chien de mer en fritot.	205
Chien de mer au gratin (Le).	206
Chien de mer au rizot.	206
Chinchard (Le)	88
Clovisses et coquillages (Les)	59
Clovisses farcies (Les).	161
Clovisses en mayonnaise (Les). . . .	59
Clovisses à la provençale	200
Colin (Le)	88
Colin à l'anglaise (Tronçons de). . .	89
Colin à la Bercy (Filets de).	90
Colin bouilli avec sauces diverses . .	88
Colin bouilli sauce câpres (Tronçons de)	90
Colin à la Dugléré (Filets de)	90
Colin à la Florentine	89
Colin froid à la russe (Tronçons de). .	90
Colin au gratin (Filets de).	90
Colin à la Mornay.	89
Colin pané à l'anglaise.	89
Colin à la Parmentier.	190
Colin à la russe	183
Colin à la russe (chauds) (Filets de). .	90
Congre	91
Congre bouilli sauce câpres.	91
Congre braisé en cocotte aux lentilles.	206
Congre à la cocotte	91
Congre en éperlans (Filets de)	93
Congre à la maraîchère.	206
Congre en matelotte	92
Congre à la mathurine.	92
Congre à la ménagère.	207
Congre rôti	92
Coquilles diverses.	67
Coquilles de crevettes ou de moules à l'Indienne	66
Coquilles de langouste.	190
Coquilles de morue	106
Coquilles de poisson	191
Coquilles de poisson duchesse	191
Coquilles de poisson ou langouste à la Thermidor.	191
Coquilles de poisson mayonnaise. . .	191
Coquilles Saint-Jacques (Les)	162
Coquilles Saint-Jacques à la bordelaise	162
Coquilles Saint-Jacques à la diable. .	162
Coquilles Saint-Jacques à la Florentine	162
Coquilles Saint-Jacques au gratin . .	163
Coquilles Saint-Jacques à l'indienne. .	163
Coquilles Saint-Jacques à la Mornay. .	163
Coquilles Saint-Jacques à la normande	163
Coquilles Saint-Jacques à la parisienne	163
Coquilles de saumon à la parisienne. .	191
Côtelettes.	191

	Pages.
Cotriade (La)	74
Crabes et tourteaux à la Mornay	164
Crabes (Pilaff de)	172
Crème cardinal	74
Crème d'huîtres	74
Crème de saumon à la Baltimore	67
Crevettes (Les)	164
Cromesquis	192
Croquettes de morue	107
Croquettes de poissons	192
Croustades ou barquettes de poissons	192
Croustades cardinales	67
Croustades en pommes d'or	67

D

Dartois de poisson	67
Daurade ou dorade	93
Daurade à l'Arlésienne (Filets ou tranches de)	95
Daurade à la Bercy	93
Daurade à la bourgeoise	93
Daurade grillée	94
Daurade Noëmie	94
Daurade rôtie	95
Daurade sauce anchois (Filets de)	95
Demoiselles de Cherbourg (Les)	164

E

Écrevisses (Les)	179
Écrevisses à la Bordelaise	179
Écrevisses (Buisson d')	179
Écrevisses (gratin d')	180
Écrevisses au gratin (Croustade d')	176
Écrevisses à la nage	180
Églefin	95
Eggs sauce (sauce aux œufs)	47
Éperlans et équilles marinés	59
Éperlans frits en buisson	96
Équilles	96
Esturgeon	96
Esturgeon aux épinards (Grenadins d')	97
Esturgeon en cocotte (Tranches d')	97

F

Farce mousseline	53
Farce pour mousse	54
Farce pour pains de poisson	54
Farce à pâtés de poissons	54
Farce à quenelles de poisson	54
Farce zéphir	54
Fish-ball	192
Flétan (Le)	97
Fondants de poisson	192
Friands océan	68
Fritots	193
Fumet de poisson	43

G

Gelée maigre de poisson	49
Goujons et gardons	151
Gratin à la ménagère	193
Gratin de poisson Parmentier	193
Grenouilles (Les)	173
Grenouilles en beignets	173
Grenouilles à la poulette	174
Grenouilles sautées aux fines herbes	173
Grondin (Le)	97
Grondins aux tomates (Filets de)	98

H

Haddock (Le)	98
Hareng (Le)	98
Harengs à la Boulonnaise	99
Harengs à la diable	99
Harengs grillés sauce moutarde	99
Harengs grillés maître-d'hôtel	99
Harengs marinés	99
Harengs à la meunière	99
Harengs frais marinés	60
Harengs Lucas (Filets de)	60
Harengs marinés (Filets de)	60
Harengs à la russe (Filets de)	60
Homard (Le)	164
Homard à l'américaine	164
Homard à l'aurore	165
Homard à la cardinal	166
Homard à la créole ou à l'indienne	166
Homard ou langouste (Aspic de)	175
Homard à la New-Burg	166
Homard à la russe (Aspic de)	166

	Pages.		Pages.
Homard à la Thermidor	167	Huîtres frites.	171
Huîtres (Les).	60	Huîtres à la Mornay	171
Huîtres grillées (Les)..	68	Huîtres à la Villeroy	172

L

Lamproie (La)	99	Langouste à la russe..	177
Lamproie aux poireaux	200	Langouste à la russe (Ravier de) ..	62
Lamproie au sauternes.	200	Langouste à la Thermidor..	169
Lamproie en meurette.	100	Langoustines (Les)	169
Langouste (La)	167	Lavaret et le féra (Le)..	151
Langouste en bellevue à la parisienne.	168	Lieu (Le).	100
Langouste à la cardinal.	168	Limande (La).	100
Langouste grillée à la diable.	168	Lotte de mer (La).	100
Langouste ou homard..	68	Lotte à la caroline.	207
Langouste ou homard mayonnaise..	176	Lotte en méli-mélo	68
Langouste à la normande..	168	Lotte à la bonne femme (Filets de).	101
Langouste à la parisienne..	176	Loups de mer (Les)	101
Langouste à la parisienne (Ravier de).	62	Loup de mer à la françine..	101
Langouste à la Pompadour.	169	Loup de mer sauce gribiche.	102

M

Maquereau (Le)	102	Morue au gratin	108
Maquereaux bouillis sauce persil. ..	102	Morue à la Marseillaise.	109
Maquereaux grillés maître-d'hôtel..	102	Morue à la ménagère..	109
Maquereaux Mireille (Filets de).. ..	102	Morue à la Milanaise..	109
Maquereaux Vénitienne	103	Morue à la Parmentier..	109
Mayonnaise de poisson ou langouste..	193	Morue à la Pascal..	110
Merlan (Le)	103	Morue à la persillade..	110
Merlans à l'anglaise	103	Morue à la provençale..	110
Merlans à la Bercy.	103	Morue en ragoût à la provençale aux pommes	110
Merlans à la bretonne..	104	Morue sautée à la Lyonnaise	110
Merlans à la Colbert	104	Morue sautée aux tomates..	111
Merlans frits..	104	Mostelle ou loche de mer (La)	111
Merlans en brochette	104	Mouclade.	201
Merlans à la Lyonnaise.	104	Moules (Les)..	169
Merlans à la meunière..	105	Moules Charentaises	201
Merlans à la Orly (Filets de).	103	Moules à la Fécampoise.	61
Merlans sur le plat.	105	Moules à la Francillon..	61
Merlans en sauce (Quenelles de). ..	105	Moules à l'indienne	170
Merlans au vin blanc..	105	Moules à la japonaise	61
Migourée.	201	Moules à la marinière..	170
Morue (La)	105	Moules à la poulette	171
Morue à la béchamel	107	Moules à la rémoulade.	170
Morue à la bénédictine.	107	Moules à la Villeroy	171
Morue au beurre noir..	107	Mourine (La)..	111
Morue à la biscain.	107	Mousse de poisson.	193
Morue à la crème..	108	Mulet (Le)	111
Morue aux épinards	108	Mulets à la gitane..	112
Morue à la fermière	108	Mulets à la Riviera	112
Morue frite	108		

N

Nonnat (Le)	112	Nonnats et poutina	202

O

Pages.

Omelette toulonnaise.. 202
Ondines aux crevettes.. 194
Orphie (L') 112
Oursins (Les). 61
Oursins (Velouté d') 76

P

Panade au lait 55
Panade aux œufs.. 55
Pauchouse (La) 202
Panure à l'anglaise 68
Pâtés chauds (Petits).. 69
Pâtés divers.. 178
Pâté lorrain (aux truites).. 178
Perroquet de mer (Le). 112
Pissaladière (La).. 203
Plie (La). 113
Pommes duchesse en bordure 209
Pommes de terre duchesse.. 209
Poisson en bordure à la créole.. .. 194
Poissons à la gelée. 184
Potage aux huîtres 74

R

Ragoût de poisson. 207
Ragoût au riz à la créole 208
Raie (La). 113
Raie au beurre noir 113
Raie à la normande 113
Rascasse (La). 114
Rissoles (Les). 69
Riz à la créole ou à l'indienne 210
Riz pilaff. 210
Roll Mops (Les) 62
Rouget-barbet (Le) 114
Rougets-barbets à l'orientale (Petits). 61
Rougets à l'algéroise.. 114
Rougets à la Francillon ou Monte-Carlo 114
Rougets au gratin. 115
Rougets grillés 115
Rougets meunière. 115
Rougets à la Montrouge 115
Rougets à la Niçoise 184
Rougets à la Niçoise (chauds).. .. 115
Rougets à la Portugaise. 116
Rougets Phocéens. 115
Roussette (La) 116
Roussette ou chien de mer aux haricots 208
Roussette ou chien de mer à la provençale. 208

S

Saint-Pierre (Le).. 116
Salade parisienne.. 194
Salade de poisson 62
Sardines (Les).. 62-117
Sardines à la bonne femme.. 117
Sardines à la cauchoise. 118
Sardines frites. 118
Sardines grillées maître-d'hôtel.. .. 118
Sardines à la Horly ou Orly. 118
Sardines (Rillettes de).. 117
Sardines à la Rovigo (Les).. 63
Sauce anchois. 43
Sauce aurore.. 43
Sauce bâtarde. 44
Sauce béarnaise 44
Sauce béchamel 44
Sauce (dite) beurre blanc 44
Sauce à la canotière 45
Sauce aux câpres.. 45
Sauce cardinal 45
Sauce Chantilly froide.. 50
Sauce Colbert ou beurre Colbert.. .. 45
Sauce crevettes 45
Sauce currie, ou indienne ou créole.. 45
Sauce fines herbes. 46
Sauce génoise (ou génevoise) 46
Sauce au gratin de champignons. .. 46
Sauce gribiche 50
Sauce hollandaise.. 46
Sauce mayonnaise. 50
Sauce Mornay. 47
Sauce mousseline.. 47
Sauce moutarde 47
Sauce Nantua. 47
Sauce aux œufs (Eggs sauce) 47
Sauce persil.. 47
Sauce ravigote ou vinaigrette 50
Sauce rémoulade 51
Sauce Soubise. 47
Sauce tartare. 51

Pages.

Sauce tomate. 48
Sauce vénitienne ou Chivry. 48
Sauce verte 51
Sauce vin blanc fine 48
Sauce vin blanc (méthode économique) 48
Saumon (Le).. 156
Saumon à la batelière (Darnes de).. 157
Saumon à la Chantilly (Mousseline de). 158
Saumon (Coulibiac de). 158
Saumon à la Foyot (Darnes de).. .. 157
Saumon froid. 184
Saumon froid de la Loire cordon bleu. 184
Saumon fumé. 63
Saumon grillé. 160
Saumon à la Jeannette (Médaillons de) 157
Saumon à la Néva (Darnes de).. .. 183
Saumon (Quiche de) 203
Saumon à la Valois (Pain de) 158
Sole (La). 118
Sole à l'américaine (Filets de) 120
Sole (ou autre poisson) à la Basquaise. 203
Sole à la Bercy 127
Sole (s) en Bellevue (Aspic de filets de). 181
Sole bonne femme (Filets de) 120
Sole bourguignonne 120
Sole à la bretonne. 127
Sole aux champignons (Filets de). .. 121
Sole caprice (Filets de). 120
Sole à la cardinal (Filets de). 121
Sole Chauchat (Filets de) 121
Sole Colbert.. 127
Sole côte d'Azur (Filets de). 121
Sole Deauville (Filets de) 122
Sole à la Dieppoise 127
Sole à la Dugléré.. 128
Sole (s) en éventail (Filets de) 183
Sole Favart (Paupiettes de). 126
Sole à la Fécampoise 128
Sole à la Florentine 128
Sole (s) frites au citron.. 128
Sole (s) en gelée (Filets de).. 183
Sole Georgette (Filets de).. 122
Sole (s) des gourmets (Turban de Filets de) 132
Sole grand duc (Filets de) 122
Sole grandgousier (Filets de) 122

Pages

Sole (s) au gratin.. 128
Sole grillée 128
Sole à la Joinville (Filets de) 123
Sole (s) à la Joinville (Turban de filets de) 132
Sole mâconnaise 129
Sole à la Marcelle (Filets de). 123
Sole Marguery (Filets de) 123
Sole à la marinière (Filets de) 123
Sole à la meunière, dite aussi au beurre 129
Sole à la meunière ou dorée.. 129
Sole à la meunière avec garnitures diverses 129
Sole à la Montrouge (Filets de).. .. 123
Sole Montrouge (Paupiettes de). .. 127
Sole à la Mornay.. 130
Sole (s) Murat (Filets de) 124
Sole à la normande. 130
Sole normande (Filets de) 124
Sole à la Orly (Filets de) 124
Sole à la parisienne (Filets de) 124
Sole (s) sur le plat.. 130
Sole Saint-Germain (Filets de).. .. 125
Sole à la Saint-Germain 131
Sole à la Soubise (Filets de).. 125
Sole à la Suchet (Filets de).. 125
Sole Suzanne (Filets de) 125
Sole Sylvestre (Filets de) 125
Sole (s) (Timbales, croustades ou vol-au-vent de filets de).. 131
Sole (s) Urbain Dubois (Bordure de filets de) 119
Sole La Vallière (Filets de).. 126
Sole (s) au vin blanc 131
Sole Walewska (Filets de).. 126
Sole (s) Escoffier à la gelée (Timbales de filets de). 131
Soufflé de poisson.. 194
Soupe au congre 74
Soupe de la côte des Maures. 75
Soupe de poissons des pêcheurs.. .. 75
Spratts (Les).. 63
Stockfish côte d'azur.. 203
Supions frits (Les). 204

T

Tartelettes Neptune 69
Thon (Le) 132
Thon braisé à la Bordelaise.. 133
Thon braisé aux champignons.. .. 133
Thon à l'étuvée 134
Thon grillé à la maître-d'hôtel.. .. 134
Thon à l'huile (conserve de). 133
Thon à la ménagère 134
Thon à la Mirabeau 63
Timbale aux fruits de mer.. 178
Timbale de poisson à la carmélite .. 178
Timbales Regina 69
Tomates à l'antiboise.. 63
Tomates à la Beaulieu.. 64
Tomates chanoinesse.. 195
Tomates à la hollandaise 64

Pages.

Tomates monseigneur.. 64
Tourteau à la créole 172
Tourteau à la jardinière 173
Tourteau (x) à la Mornay.. 172
Tourteau à la russe 173
Truite (s) à la crème 152
Truites de Castres (Les) 204
Truite de rivière (La).. 151
Truite (s) de rivière au bleu (Petites).. 152
Truites de rivière à la gelée.. 186
Truites de rivière à la mâconnaise .. 153
Truites de rivière à la Mantoue. .. 153
Truites de rivière à la muguette.. .. 153
Truites de rivière à la gelée au vin rouge.. 186
Truite froide à la norvégienne 185
Truite glacée à la grand-duc. 186
Truites glacées au vin rouge 152
Truite (s) à la grenobloise.. 152
Truite (s) à la hussarde 153
Truite (s) à la meunière (Petites). .. 152
Truite à la parisienne 186
Truite saumonée.. 154

Pages.

Truite saumonée à la Brillat-Savarin. 154
Truite saumonée à la Chivry 154
Truite saumonée Francine.. 187
Truite saumonée à la marquise.. .. 155
Truite saumonée à la norvégienne .. 155
Truite saumonée à la d'Orsay 187
Truite saumonée à la printanière. .. 187
Truite saumonée à la Régence.. .. 156
Truite saumonée sauce mousseline.. 155
Turban crème gratin.. 195
Turbot (Le).. 134
Turbot ou barbue à la parisienne. .. 138
Turbot braisé au vin d'Alsace 135
Turbot Cambacérès 136
Turbot crème gratin 136
Turbot (Filets de).. 135
Turbot frit sauce tartare 137
Turbot des gourmets 137
Turbot à la d'Orléans.. 138
Turbot poché sauce hollandaise.. .. 138
Turbot à la Richepanse. 139
Turbotin grillé 137

V

Vive (La). 139
Vol-au-vent de poisson La Vallière .. 179

W

Waterzoï à la flamande. 6
Waterzoï de poisson à la flamande .. 204

Z

Zéphirs de poissons 160

LES PLANCHES EN COULEURS DE CET OUVRAGE ONT ÉTÉ RÉALISÉES ET IMPRIMÉES SUR LES PRESSES DE DRAEGER FRÈRES PAR LEUR PROCÉDÉ " 301 " AINSI QUE LES PLANCHES HORS-TEXTE EN HÉLIOGRAVURE. LA PARTIE TEXTE A ÉTÉ ACHEVÉE D'IMPRIMER PAR FIRMIN-DIDOT ET C[ie], A MESNIL-SUR-L'ESTRÉE (EURE), LE 31 MAI 1954.

Dépôt légal : 2e trimestre 1954.
N° d'Éditeur : 2633
N° d'Imprimeur : 3113.

LE POISSON DANS LA CUISINE FRANÇAISE



